

జ్ఞాన యోగం

విచారణ

ఆనందంగా జీవిద్దాం





సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి. కనుక తమవంతుగా భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం మహానుభావులైన **మోహన్ పబ్లికేషన్స్** వెబ్ సైట్ వారు ఉచితంగా విలువైన గ్రంధాలను ఆన్ లైన్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్(http://www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) **మోహన్ పబ్లికేషన్స్** వారి వెబ్ సైట్: http://www.mohanpublications.com/
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

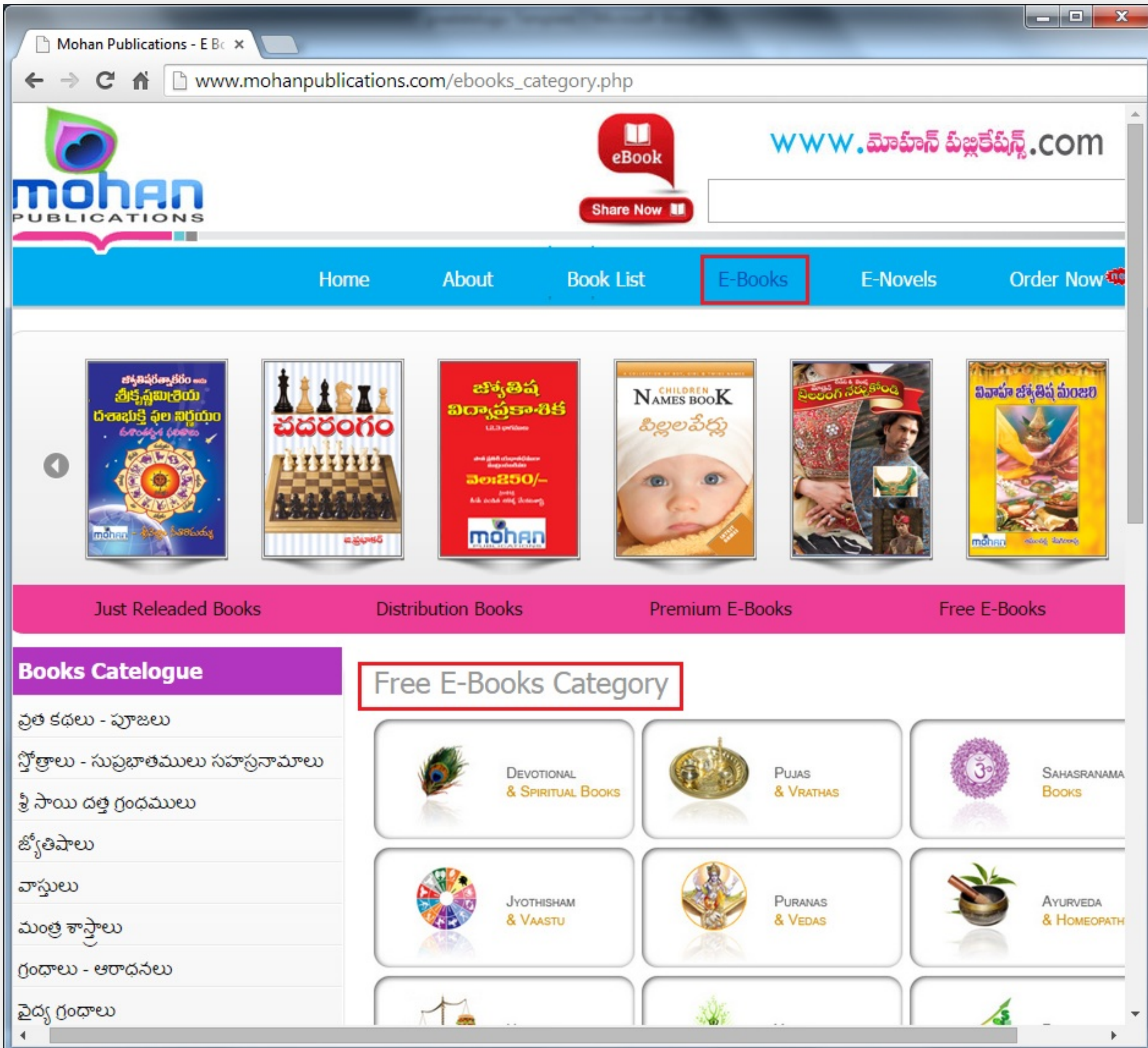
గమనిక: భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్ధం ఉచితంగా eBook రూపంలో **మోహన్ పబ్లికేషన్స్** వెబ్ సైట్ వారు అందించటం జరిగింది. ఈ గ్రంధముపై వ్యాపార,ముద్రణ హక్కులు వారికి గలవు,కనుక వారిని సంప్రదించగలరు.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు *

మోహన్ పబ్లికేషన్స్ వారి వెబ్ సైట్:

http://www.mohanpublications.com/



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్న్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

ఆనందంగా జీవిద్దాం !..

రచన :

మైత్రేయ



ప్రకాశకులు : ☎ 246 2565

మోహన్ పబ్లికేషన్స్

అజంతా హోటల్ ఎదురుగా

కోటగుమ్మం, రాజమండ్రి -1

 2012 వెల : 90-00

ఆనందంగా జీవిద్దాం !..

రచయిత

మైత్రేయ

(శ్రీగురుపాదక్షేత్ర)

ఫ్లాట్ నెం. 101 లక్ష్మీరెసిడెన్స్

మారుతీనగర్, మౌలాలి హైదరాబాద్

సెల్ : 9440205180, 9885138117

ఫోన్ : (040) 2713425

మొదటి ముద్రణ : మార్చి 1993

రెండవ ముద్ర ణ: ఏప్రియల్ 2006

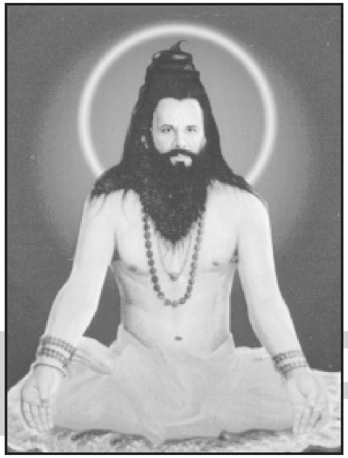
ప్రకాశకులు :

మోహన్ పబ్లికేషన్స్

అజంతా హోటల్ ఎదురుగా, కోటగుమ్మం,

రాజమండ్రి - 533 101.

అంకితం



ఆనందమే పరబ్రహ్మ పరమాత్మ అని తెలుసుకోండి. ఆనందం నుండే సమస్త ప్రాణులు పుడుతున్నాయి. ఆనందం వల్లే ప్రాణాలు జీవిస్తున్నాయి.

ఆనందంలోకే మళ్ళీ ప్రాణులు ప్రవేశిస్తున్నాయి

ఈ గ్రంథ ఆవిర్భావానికి మూలాధారమైన పై ఉపనిషత్ సూత్రానికి, దానిని దర్శించిన తైత్తిరీయ ఉపనిషద్ ఋషికి దీన్ని అంకితమిస్తున్నాను

మైత్రేయ

ఆనందంగా చదువుకోవడానికి ఇందులో

మైత్రీమాధుర్యం

లోక శ్రేయస్సును సాధిస్తూ వస్తున్న ఆధునికులలో నా హృదయాన్ని బాగా చూరగొన్నవారు ఇద్దరు. ఒకరు లక్ష్మణ యతీంద్రులు, మరొకరు మైత్రేయ.

ఈ పెద్దలిరువురూ కూడ భేషజాలు ఎరుగనివారు. పసివారివలె ప్రవర్తించ గలిగినవారు. స్నేహానికి ప్రాణమివ్వగలిగినవారు. సాధకులను దేవుని రూపులుగా చూడగలిగినవారు.

గురుశిష్యులనగానే విశ్వామిత్ర, రామచంద్రులు మనకు గుర్తుకు వస్తారు. గురువైన విశ్వామిత్రుడు, శిష్యుడయిన శ్రీరామచంద్రునికి సుప్రభాతం పలికాడు కౌసల్యా సుప్రజా రామా అంటూ! అలా సాధకుని హృదయగతమయిన దైవానికి సుప్రభాతం పలుక గలిగినవాడు గురువు. అలాంటి మేలుకొలుపుకై గురువు వెంట సర్వసమర్పణ బుద్ధితో నడవగలిగినవాడు శిష్యుడు. ఈ విధమయిన గురు శిష్య సంబంధాన్ని ఈ పెద్దల సన్నిధిలో మనం చూడగలం. చూసి పరవశించ గలం.

విశ్వామిత్రుడు అన్నప్పుడు విశ్వానికి మిత్రుడు అని అర్థం. విశ్వంతో మైత్రిని నెరిపి దానిని దేవుని రాజ్యంగా నిలువగలిగిన వాడని అర్థం. అలాంటి మైత్రిని ఉపాసిస్తు న్నారు వీరు. మైత్రేయగా పిలువబడటానికి ముచ్చట పడు తున్నారు. మైత్రిలోని ముచ్చటే అటువంటిది. తోటివారు, వారెవరయినా సరే వారితో మైత్రిని నెరపగలిగినప్పుడే మనం ముచ్చటపడగలం. ఎక్కడయినా ముచ్చట పడలేక పోతున్నాము అంటే అక్కడ మనం మైత్రిని నెరపలేక పోతున్నామనే అర్థం.

జీవితంలో జీవిత సన్నివేశాలతో, తోటివారితో బంధుమిత్రులతో మైత్రిని నెరపడమెలాగో ఈ గ్రంథంలో వివరించాలి అని మైత్రేయ సంకల్పించారు. గ్రంథ మంతా మైత్రిలాగానే సాగింది. చదువరి ముందుగా రచయితకు మిత్రుడుగా రూపొందగలడు.

తపస్సంపన్నుడయిన ఒక స్నేహితుడు తనతో శ్రుతి కలిపి నడుస్తున్న ఒక స్నేహితుడికి నడక సాగిస్తూనే అలా అలా అనేక అంశాలను అలవోకగా వివరిస్తున్నట్లుగా కనిపిస్తుంది ఈ గ్రంథంలో.

ఇది స్నేహితుని భాషణ, స్నేహితునితో భాషణ, కనుక స్వేచ్ఛగా సాగుతుంది. మొహమాటపడట ముండదు. ఏమైనా అనుకుంటారని వెరవడ ముండదు. ఇలా చెప్పవచ్చునా అని ఆగిపోవడముండదు. స్నేహం పరిమితులకు అతీతమైనది వీరి రచన కూడా అంతే!

వీరి రచనలో సహజ సౌందర్యమున్నది. హాయిగా సాగే లక్షణమున్నది. ఆ హాయిలో ఒక తీయని తీపిదనమున్నది. ఇది ఒక దైవానుగ్రహ విశేషం. ఇందులోని విశేషాలన్నీ ఈ విశేషము నుండి జాలువారుతున్నవే!

మధ్యమధ్య మంచి కథలున్నవి. చదువరిని చదివించగల కథలివి! చారిత్రకముల యిన ఘట్టములున్నవి. ఇతిహాస లక్షణాలను వీరి నుండి సంతరించు కొన్న ఘట్టాలివి! చక్కని ఉదాహరణలున్నవి. నిరంతర సాధన నుండి చిలికి తీసి ఈవలకు అందిస్తున్న నవనీతపు ముద్దలవి! అర్థవంతమయిన అర్థవాదాలున్నవి. సత్యము మనకు బోధపడేటందుకై ఒకమహా దర్శనము నుండి రూపొందింప బడినవి.

నాకనిపిస్తున్నది కదా–మైత్రేయ నుండి వాటికవిగా వెలువడుతున్న ఈ కథలూ, గాథలు, ఉదాహరణలు, అర్థవాదములు వేటికవిగా ప్రత్యేక గ్రంథాల రూపాన్ని స్వీకరిస్తే బాగుంటుందని, ఎందువల్లనంటే వీరి కథలూ గాథలూ మొదలయినవన్నీ లలితమధురంగా ఉన్నాయి. వాటికి వేరుగా వివరణ అక్కరలేదు. వాటిని వాటిగానే వదిలేస్తే వాటిపని అవి చేసికోగలవు. వాటికా సత్తా ఉన్నది.

జ్ఞానవిజ్ఞానాల కలయికను మనమీ రచనలో చూడవచ్చు. ప్రాచ్య పాశ్చాత్య దర్శనాల సమ్మేళనాన్ని మనమీ గ్రంథాలలో దర్శించవచ్చు. ఇటీవలి కాలంలో వృద్ధిపొందుతూ వస్తున్న మనస్తత్త్వశాస్త్రం వీరిచేతిని అందుకొని భారతీయ తత్త్వ శాస్త్రాన్ని సమీపిస్తూ ఉన్నది. ఇది ఒక శుభపరిణామం. మనస్తత్త్వశాస్త్రానికి పరిపూర్ణత నందింపగలిగినది భారతీయ తత్త్వశాస్త్రం మాత్రమే!

భాగవత మార్గాన సాగిన ఈ రచన చదువరులకు ఆనందమయ జీవితాలను అందించుగాక! ఈ సుకృతిని జగతికి అందిస్తున్న మైత్రేయకు అభినందనములు! ప్రేమతో అందుకొంటున్న సహృదయులకు అభినందనలు.

సూత్రధారి పలుకులివి! ఇక రంగ ప్రవేశం చేయండి!

విజయవాడ **మోపిదేవి కృష్ణస్వామి**
19-1-93

కొద్దిపాటి సునిశిత హాస్యం, గంభీర వాతావరణాన్ని తేలిక పరిచినట్లుగా మరొకటి సహకరించదు. హాస్యంతో ఒక్కోసారి మన ఆదర్శాలను ఆటపట్టించడం కూడా మంచిదే. హాస్యం ముందు మన ఆడంబరత్వం కూడా చెల్లని రూపాయిగానే కనబడుతుంది. - ఆల్డస్ హాక్స్లీ.

నవ్వవు జంతువుల్, నరుడు నవ్వును
నవ్వులు చిత్తవృత్తికిన్ దివ్వెలు - గుఱ్ఱం జాషువా

నీవు శోకిస్తే నువ్వొక్కడవే శోకిస్తావు
నీవు నవ్వితే నీతోపాటు అందరూ నవ్వుతారు -బీర్బల్



ముందుమాట

నేను తాత్వికుడిగాను, కోరికలకు అతీతంగా ఎదిగిన మహాత్ముడిని కాను, అలా అని శారీరిక సుఖాలే సర్వస్వమనే భౌతికవాదినీకాను. దేవుడి భజనచేయి అన్నీసరిపోతాయనే మతఛాందసుడినికాను, అసలు దేవుడే లేడు పొమ్మనే నాస్తికుడినీకాను. ప్రతిదాన్ని హేతుబద్ధంగా ఆలోచించగల హేతువాదినీకాను. తార్కికుణ్ణీకాను, ఉన్న ప్రపంచాన్ని కాదని ఊహలలో తేలిపోయే కవినికూడా కాదు.

ఇవన్నీ మనిషికి అవసరం. కాని వీటికోసం మనిషిని బలిపెట్టలేము. కష్టపడి కాపీ కొట్టి పదవతరగతి పాసైననాకు విద్వత్తు కూడా లేదు. కానిపై దర్శనాలు, శాస్త్రాలు, తత్వాలు కొంతలో కొంత అధ్యయనం చేశాను. సాధన పేరుతో కొంత ధ్యానం చేశాను. అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే వీటన్నింటినీ నేను జీవితం నుండి వేరుగా చూడలేదు. అందువల్ల అన్ని తత్వాలు, శాస్త్రాల లోని విషయాలు ఏవైనా, మానవత్వమున్న మానవుడిగా జీవించడానికి ఉపయోగపడే విషయాలేవైతే చెబుతున్నాయో వాటినన్నింటినీ జీవితంలో ఉపయోగించి చూశాను. నా జీవితంలో ఉపయోగపడ్డవి మాత్రమే ఉంచుకొని తక్కిన వాటిని విడిచి పెట్టాను. కనుక ఇవన్నీ కేవలం పుస్తకాలుగా కాక నా అనుభవంగా కూడా పరిణమించింది.

Experience is a comb which a man gets when he becomes Bald
-EMERSON

అనుభవమనేది దువ్వెన, జుట్టూడాకగాని అది లభించదు" అంటాడు ఎమర్సన్. నాకు మాత్రం ఇంకా కొంత జుట్టు ఉండగానే ఆ దువ్వెన లభించింది. ఆనందంగా దానితో దువ్వుకుంటున్నాను. అయితే ఇంకా దట్టంగా చిక్కగా జుట్టున్న వాళ్ళు అనేకమంది కనిపిస్తున్నారు నాకు. అయితే వాళ్ళదగ్గర ఈ దువ్వెన లేక వాళ్ళజుట్టు చిక్కుపడుతూ ఉండటం (వాళ్ళే చిక్కులలో పడుతూ ఉన్నారనుకోండి) కనిపించింది. అందుకే వీలైనంతమందికి నా దువ్వెన అందించాలని నేను

ప్రయత్నిస్తున్నాను. నేను తృప్తిగా, సంతోషంగా, ఆనందంగా నవ్వుతూ జీవితాన్ని జీవించాలని కోరుకునే మానవత్వమున్న ఒక మనిషిని, నా జీవితంలో ఎదుర్కున్న సంఘటనలతో పాటు, ఇతరుల జీవితాలలో చూసిన విషయాలు, శాస్త్ర అధ్యయనం మొదలైన వాటినన్నింటినీ నా అనుభవంగా మార్చుకున్నాను. అప్పుడు నాకు జీవితం అంతా ఏ ఒక్క శాస్త్ర అవగాహనలోనూ ఇమడదని అర్థమైంది. అన్ని శాస్త్రాలు అసమగ్రంగానే కనిపించాయి. జీవిత అధ్యయనంలో ఒక శాస్త్రం ఆగిపోయిన చోటునుండి మరొకటి ప్రారంభమౌతోంది. భౌతికవాదులు, కమ్యూనిష్టులు శరీరాన్ని మించిన సత్యమేలేదు. అందరికీ తిండి, బట్ట, ఇల్లు సమానంగా లభించాలి అని ఆగిపోయారు. వీరు డార్విన్ అనుయాయులు. భూమి మీద మొదట ఏమీలేవని క్రమంగా గాలి, నీరు ఏర్పడ్డాయని, నీటి అడుగున ఏకకణ జీవి ఆవిర్భవించిందని, కొన్ని కోట్ల సంవత్సరాల వరకు కొనసాగిన సృష్టి ఆ ఏకకణజీవిక్రమంగా ఎదగడం వల్లనేనని అన్నారు. అలా చివరికి కోతి వరకు వచ్చిన ఏకకణ జీవి క్రమంగా మనిషిగా పరిణతిచెందిం దన్నారు. మానవుడు సృష్టియొక్క పూర్ణవికాసం. ఇంతకన్నా వికాసం ఇంక సాధ్యం కాదు. మానవులంతా సమానమే అనే సిద్ధాంతం వినడానికి బాగానే ఉంది గాని పరిపూర్ణంగా లేదు. ఎవరి వ్యక్తిగతమైన శక్తిసామర్థ్యాలు, అవసరాలు వారివి. అందుకే మానవులంతా సమానులే అన్న సిద్ధాంతం కన్నా "IT MAY BE THAT MEN ARE NOT EQUAL IN ALL RESPECTS BUT THEY ARE EQUALLY MEN." అందరూ అన్నివిధాలా సమానులుకాకపోవచ్చు కానీ అందరూ సమానంగా మానవులే అన్న హ్యూగైట్ స్కెల్ సిద్ధాంతమే బాగుంది. అందరూ ఒకే పొడుగు ఉండరు. సమానత్వ సిద్ధాంతం ప్రకారం పొడుగ్గా ఉన్నవాళ్ళను కత్తిరించి పొట్టి వాళ్ళతో సమానం చేస్తాననడం ఏం సబబు? కేవలం కల్పనా మాత్రమై యదార్ధ దూరమైన మార్క్సువాదం ప్రపంచంలో నిలవకుండా పోయింది. వీరు మనుషులను లెక్కబెట్టి వారికి సంఖ్యలు(Numbers) ఇచ్చారేగాని, వారు బ్రతికున్న మనుషులని వారికి మనసు ఉన్నదని ఆ మనసు యొక్క అవసరాలు కూడా ఉంటాయని ఒప్పుకోలేదు. అందుకే అది ఇక్కడ ఆగిపోయింది.

ఎన్ని మందులకూ నయంకాని రోగాలు కొన్ని కనిపించాయి. శారీరికంగా ఏ రోగము లేకపోయినా కొన్ని అంగాలు పని చేయకపోవడం డా॥ సిగ్మండ్ ఫ్రాయిడ్ దృష్టికి వచ్చింది. వీటికి జవాబు వెతకడంలో మేధావి అయిన ఆయన మనస్తత్వ శాస్త్రానికి పునాదులు వేశాడు. ఆ తరువాత ఆయన శిష్యులు "జంగ్" మొదలైనవారు ఈ మనస్తత్వ శాస్త్ర మహాసౌధాన్ని నిర్మించారు. వీరంతా సముద్రంలాంటి మనస్సులోకి దూకి దాని లోతుపాతులు తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నించారు. హిప్నటిజమ్‌లాంటి మానసిక శక్తులు వీరికి ఎంతో ఉపయోగ పడ్డాయి. మానవులందరి మధ్య పరస్పర అవగాహనను పెంపొందింప జేయడానికి, వారి సంబంధ బాంధవ్యాలను పునరుద్ధరింప చేయడానికి మనస్తత్వ శాస్త్రం దోహదం చేసింది. వ్యక్తుల మధ్య

సంబంధాలు సరియైన అవగాహనలో స్థిరమైతే కుటుంబ వ్యవస్థ పటిష్టమౌతుందని, దాని ద్వారా సమాజం స్థిరమౌతుందని ఇదే విశ్వశాంతికి మూలమని వారి భావన.

ఈ సిద్ధాంతం ఇంతవరకు బాగానే ఉంది కానీ ప్రతివీధికి ఇద్దరో ముగ్గురో మనస్తత్వవేత్తలు కనిపించే అమెరికాలాంటి దేశాలలోనే ఎక్కువగా మానసిక రోగాలు, రోగులు ఎందుకని కనిపిస్తున్నారు? ఆసైక్రియాట్రిస్టులు కొన్ని సంవత్స రాలుగా ఒక రోగిని విశ్లేషించినా ఆరోగికి ఎందుకని రోగం నిదానించడంలేదు?

డా॥ ఫ్రాయిడ్ బ్రతికుండగానే 1913 లో ఏర్పడ్డ మనస్తత్వవేత్తల సంఘం నుండి కార్ల్ గుస్తవ్ జంగ్ (CALR GUST JUNG), ఆల్ ఫ్రెడ్ అడ్లర్ (ALFREDADLER) ప్రభృతులు విడిపోయారు. వారికి ఫ్రాయిడ్ సిద్ధాంతాలతోనే విభేదాలు వచ్చాయి. ఇప్పుడు ఈ ముగ్గురి విశ్లేషణా విధానాలు వేరుగా ఉంటాయి. ఇంకా వీరందరిలోనూ విభేదాలున్నాయంటే, ఒక నిర్ధారిత సూత్రానికి రాలేదంటే మనస్సు యొక్క అసలు స్వరూపం ఇంకా ఎవరికీ తెలియలేదనే కదా అనుకోవాలి. కమ్యూనిస్టులు, హేతువాదులు, నాస్తికులు శరీరం వద్ద ఆగుతే, మనస్తత్వవేత్తలు మనస్సు దగ్గర ఆగిపోయారు.

ప్రతి విషయానికి ఒక పద్ధతి ఉండాలి. అందరూ ఒప్పుకునే కొలతలు కొన్ని ఉండాలి. లేకపోతే ఒకడికి అరకిలోనే కిలో అవుతుంది. ఇంకొకడికి రెండు మీటర్లుకూడా ఒక మీటరు కాదు. కనుక ప్రతిదానికి ఒక ప్రమాణం ఉండాలి. అలాగే ఆలోచనలకు కూడా ఒక పద్ధతి, ప్రమాణం కావాలి. లేదా తను చెప్పిందే సత్యం, వేదం అంటాడు ప్రతివాడు. ఈ అవసరాన్ని పూర్తి చేయడానికే తర్కశాస్త్రం ఆవిర్భవించింది. అయితే ఇది బాగా విజృంభించినపుడు గ్రీకు దేశంలో తలతిక్కగా మారింది. "నేనున్నాను గనుక ఆలోచిస్తున్నానా, ఆలోచించగలుగుతున్నాను కనుక ఉన్నట్లా?" ఇలా సాగాయి వారి వెఱ్ఱి తర్కాలు, వారంతా ఆలోచనల వద్ద తర్కాల వద్ద ఆగిపోయారు.

ఈ లోకమంతా అశాశ్వతమైంది, ఇందులో సుఖం లేశం మాత్రమైనా లేదు. ఈ సృష్టిని పట్టుకు వేళ్ళాడినంత వరకు ఎవరికైనా దుఃఖం తప్పదు. ఈ సృష్టికి కారణమైనది, శాశ్వతమైనది, మార్పులు లేనిది అయిన తత్వాన్ని అందుకోవడం వల్లే మనిషికి శాశ్వత ఆనందం లభించగలదు, అన్నది తత్వశాస్త్రం, ఉపనిషద్ దర్శనం. ఉపనిషద్ ఋషులెవ్వరూ శరీరాన్ని దూషిస్తూ కనపడరు వాళ్ళేనాడూ సన్యసించి సంసారం నుండి పారిపోయినట్లుగా కనిపించరు. ఈ జాడ్యం బుద్ధుడు, శంకరాచార్యుల కాలం నుండి మొదలయ్యింది. భౌతికవాదులు శరీర సుఖమే సర్వస్వమని అంటే వీళ్ళసలు శరీరాన్ని బాధించడం దాని అవసరాలు పూర్తిచేయక పోవడం మొదలు బెట్టారు. "మనస్సే మోక్షానికైనా బంధానికైనా కారణం" అని చెప్పే సాధువులు. మరి ఆ మనస్సు లోతేమిటి? మనస్తత్వశాస్త్రాన్ని అధ్యయనం

చేసి తెలుసుకుని దాని బంధంనుండి బైటపడదాం అని ప్రయత్నించ లేదు. ఉందోలేదో తెలియని ఏదో తత్వాన్ని అందుకునే ప్రయత్నంలో ఉన్నది జారవిడిచి ఎటూకాని చోట ఆగిపోయి వీరు కనిపిస్తున్నారు.

అందుకే వీటన్నిటి సమన్వయ సూత్రం మీకు ఇందులోని "సత్యం,శివం, సుందరం" అనే వ్యాసంలో కనిపిస్తుంది. తర్కాన్ని సరిగ్గా ఉపయోగించుకుంటే వచ్చే లాభమేమిటో మీకు "సరిగా ఆలోచించడం-సరిగ్గా మాట్లాడటం" లో కనిపిస్తుంది. మళ్ళీ తర్కంవల్ల వచ్చే ఇబ్బంది ఏమిటి? దాని పరిధి ఏమిటి, అదే సర్వస్వంగా భావిస్తే పడే బాధలు ఏమిటి అనే విషయం "తర్కాతీతం, ప్రశ్నలడగడం మానండి" అనే వ్యాసాలలో కనిపిస్తుంది. "ఇదికూడా జరిగి పోతుంది" లోతత్వ దర్శనం-నిరంతరం మార్పు చెందే సంసారం యొక్క స్వరూపం కనిపిస్తుంది. "నీకెందుకు"లో అతిగా ఇంకొకరి మీద మనసు పెట్టడం ఎంత జాడ్యమో అర్థమౌతుంది. "ఆనందం పంచే కళ"లో అసలు ఆనందానికి మూల స్రోతస్సు (Spring ధార) ఏమిటి దాన్ని ఉపయోగించుకోవడం ఎలా అనే విషయం కనిపిస్తుంది. "అతివద్దు" లో మళ్ళీ అన్నిటి సమన్వయం కనిపిస్తుంది.

"రస్సెల్ చెప్పిన రసమార్గం" ఈ అన్ని విశ్లేషణం యొక్క సమగ్ర స్వరూపం. అయితే బట్రాండ్‌రస్సెల్ చెప్పిన మార్గంలో విషయాన్ని చెప్పానే గాని **"ఆనంద విజయం"** అనే ఆయన గ్రంథంలో ఆయన ఇచ్చిన విశ్లేషణను తీసుకోలేదు. ఆ విశ్లేషణ ఆదేశ కాలానుగుణ్యంగా ఉంది. నేను ఈ విశ్లేషణ ప్రస్తుత సమాజ పరిస్థితులు, సమస్యలు దృష్టిలో పెట్టుకొని వ్రాశాను.

అందరూ అన్నీ చదివి అనుభవించి తెలుసుకోలేరు అందుకు జీవితాలే సరిపోవు. కాకపోతే అధ్యాపకులుగానూ, ప్రచారకులుగానూ, సాధకులుగానూ ఉన్న వాళ్ళన్నా జీవితానికి ఉపయోగపడేవన్నీ అధ్యయనం చేయకపోతే వారి దృష్టి సీమితము సంకీర్ణము అవుతుంది. ఈ దృష్టి గల వారికి సత్యం సమగ్రంగా దర్శన మివ్వదు. అది లేకుండా వారి సంకీర్ణ దృష్టితో ఏర్పరచుకొన్న భావాలను ఇతరుల తలపై రుద్దినప్పుడు ఇబ్బందులు మొదలౌతాయి.

జార్జ్ 6, ఎలిజబెత్ రాణి (బ్రిటిష్) 1939లో టొరంటో నగరానికి వచ్చారు. వారు తమ ఆగమన సందర్భంగా, టొరంటో పట్టణంలోని అన్ని హాస్పిటల్స్‌లోని రోగులందరికీ ఒక్కొక్క తెల్ల గులాబి మొగ్గలను పంపారు. శారీరిక బాధలలో ఉన్న రోగులకు అది ఎంతో ఆనందాన్ని కలుగచేసింది.

చాలా సంవత్సరాల తరువాత "లొట్టాడెంసీ" అనే ఆవిడ పట్టణ పొలిమేరలలో నివసిస్తున్న తన కొడుకు, కోడలు, మనవరాలిని చూడటానికి ఒక టాక్సీలో బయలుదేరింది. ఆ టాక్సీ డ్రైవరు చాలా కోపంలో విసుగ్గా ఉన్నాడు. ఆ కోపంలో టాక్సీని 90 కి.మీ వేగంతో తన ఇష్టమొచ్చినట్లు నడపడం మొదలెట్టాడు. డెంసీ

అతడితో "కాస్త మెల్లిగా పోనియ్యి నాయనా! ఈ రోజు నా కొడుకుపుట్టినరోజు, వాడికొరకు కొన్ని బహుమతులు కొన్నాను, వాటిలో షర్‌బత్ సెట్టు ఉన్నది అది పగిలిపోగలదు. కాస్త జాగ్రత్త" అన్నది. ఆ డ్రైవరు మరికాస్త విసుగ్గా ముఖంపెట్టి "ఈరోజు నా పుట్టినరోజు కూడా, అయితే ఏం నాకు మాత్రం ఎవరూ బహుమతులు ఇవ్వరు" అన్నాడు.

ఆమె అతడిని తేరిపారచూసి, అతడి విసుగుకు కారణం కనుక్కున్నది. వాడికి ఈ ప్రపంచంలో నా అనే వాళ్ళెవరూ లేరు బాగా కష్టాలలో ఉన్నాడు. ఆవిడ అతడిని మరికాస్త జాగ్రత్తగా చూసి "నువ్వు దాదాపు నా కొడుకు వయస్సు లోనే ఉన్నావు ఏ సంవత్సరం పుట్టావు" అని అడిగింది. తన కొడుకు, వాడు ఇద్దరూ ఒకే సంవత్సరం, ఒకే రోజు పుట్టారని తెలిసింది. ఎక్కడ పుట్టావని అడు గుతే టొరంటో పట్టణంలోని సెంట్ మైకేల్ హాస్పిటల్‌లో నన్నాడు. ఆవిడ నవ్వుతూ "అయితే నేనూ మీ అమ్మ ఇద్దరం ఆ హాస్పిటల్‌లోనే నీకు, నా కొడుక్కూ ఒకే రోజు జన్మ నిచ్చాము. మరినీకు మీ అమ్మఆ రోజు జరిగిన గొప్ప విషయం ఎప్పుడూ చెప్పలేదా?" అన్నది.

వాడు బాధగా ముఖంపెట్టి "నేను పసిపిల్లవాడిగా ఉండగానే మా అమ్మ చచ్చిపోయింది" అన్నాడు. ఆమె వాడి తల నిమురుతూ "అయితే చెబుతా విను! ఆ రోజు ఇంగ్లాండ్ నుండి ఎలిజబెత్ రాణి తన భర్త పిల్లలతో ఈనగరం చూడటానికి వచ్చిన శుభ సందర్భంలో మా అందరికీ పూలు పంపించింది" అంది. ఆ తరువాత ఆ రోజు రోడ్ల మీద ఉన్న జనం గురించి, రోడ్లు అలంకరించబడిన విధానం మొదలైనవన్నీ వివరించింది. ఇంతలో వాళ్ళు ఆవిడకున్న బహుమతులలో ఒకటి అతడికిచ్చింది. అతడు గొంతు గద్గదం అవుతుండగా "అందుకేనా మా అమ్మ ఎప్పుడూ చదువుకునే బైబిల్ తీసి చూస్తే అందులో ఎండిపోయిన ఒక తెల్లటి గులాబి మొగ్గ కనిపించేది" అన్నాడు. అతడి కండ్లలో నీళ్ళు తిరుగుతున్నాయి. ఆవిడ అతడి చెయ్యి మెల్లిగా నొక్కి లోపలికి వెళ్ళి పోయింది.

ఈ ప్రపంచంలో నా అనేవాళ్ళు లేక, మంచి చెడు పట్టించుకునేవాళ్ళు లేక, ఎందుకు బ్రతుకుతున్నారో కూడా తెలియని స్థితిలో నిరంతరం బాధలలో కష్టాలలో గడుపుతూ బ్రతుకుతున్న వారున్నారు. వారికి ఒక తీయటిమాట, మెత్తటిస్పర్శ, కండ్లలో కరుణ అందించ గలుగుతే చాలు. ఆనందించ గలరు. ఈ ప్రేమ అందరిలో ఉన్నదే. ప్రత్యేకంగా దీనికొరకు ఏ శాస్త్రాలు చదవాల్సిన పనిలేదు. ఈ పుస్తకం చదివిన తరువాతైనా ఈ అతి సామాన్యమైన సత్యాన్ని గ్రహించగలుగుతే నా ఈ పుస్తకం సార్ధకమైనట్లే.

భూతపూర్వ అమెరికన్ ప్రెసిడెంట్ అబ్రహాంలింకన్ తన అలవాటు చొప్పున ఒకసారి ఒక పల్లెటూళ్ళో ఉపన్యాసం చెప్పడానికి వెళ్ళాడు. అది అయిపోగానే బొత్తిగా చదువురాని ఒక వ్యక్తి ఆయన దగ్గరికి వచ్చి "మిస్టర్ లింకన్! మీ ఉపన్యాసం చాలా బాగుంది కానీ కొన్ని పాయింట్లను నేనందుకోలేకపోయాను" అన్నాడు.

లింకన్ నవ్వుతూ "క్షమించండి, నా కుక్కకు కూడా ఇటువంటి ఇబ్బందే ఒకటి ఉంది. దాని కేపని లేనప్పుడు ఈగలను పట్టుకు చంపి వాటిని చప్పరిస్తూ ఉంటుంది. కానీ పాపం అది ఎంత ఎరిగినా దానికి కొన్ని ఈగలు అందవు" అన్నాడు.

నా పుస్తకంలోని అన్ని విషయాలు అందరికీ అందక పోవచ్చు, అర్థం కాకపోవచ్చు కానీ కొందరికి కొన్ని అర్థమైనా చాలు నా పుస్తకం సార్థకమైనట్లే.

ఈ గ్రంథం సమగ్రంగా ఉంది అనిగానీ, ఇది అధ్యయనం చేయడం వల్ల మీకు అన్నీ తెలుస్తాయని గాని నేననడంలేదు. ఇదినా అనుభవం. ఇందులో నా భావాలను అనుభవాలను మాటలలో పెట్టగలిగినంతవరకు పెట్టప్రయత్నిం చాను. దీన్ని మీరు ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో "ఇదంతా పచ్చి మోసం" అనే నా చివరి వ్యాసంలో వివరించాను.

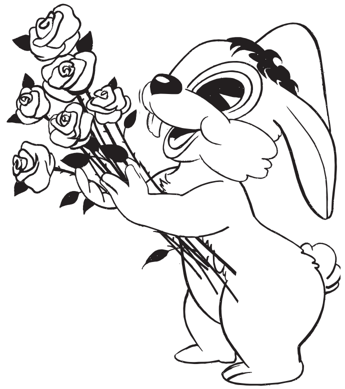
మీరు దీన్ని ఉపయోగించుకొని ఆనందాన్ని పొందగలుగుతే, సంతోషించే వారిలో నేను మొదటివాణ్ణి. మీరు దీన్ని ఉపయోగించుకోక పోయినా,ఇది వ్యర్థమని దూషించినా నేను బాధపడను.

ఎందుకంటే నా ఆనందానికి దీనికి నిమిత్తం లేదు. ఎలాగూ నేను నా ఆనందంలో నిలిచే ఉన్నాను.

మైత్రేయ

శరీరంలో శ్రమ, మనస్సులో సంయమం,
బుద్ధిలో వివేకం, హృదయంలో అనురాగం,
అహంతలో అభిమాన శూన్యత
మనసు అందంగా మలుస్తాయి

> **సుదిన మేది చెప్పు ? సుముహూర్తంబేది**
> **నవ్వు నట్టి క్షణమే నరవరేణ్య!**
> **నవ్వు నప్పుడు చెందు నరుడు జీవన్ముక్తి !**
> **- శ్రీకాట్రగడ్డ విజయభాస్కరరావు**



నిజంగా మీకు ఆనందం కావాలా?

> "Man support his misery, nourishes it, takes care that it does not leave him, because it is his only companion."

"నిజంగా మీకు ఆనందం కావాలా?" అనేది మీకొక పిచ్చి ప్రశ్నలా కనిపిస్తుంది. కానీ కాదు–ఎందుకంటే నిజంగా అంతా ఆనందాన్ని కోరుకోవడం లేదు. కొందరు ఆనందాన్ని కూడా కోరుకుంటున్నారు? అంటే.... "తాను మెత్తటి దిండ్ల మీద ఆనుకొని కాళ్ళు బారచాచుకొని పడుకొని గుండెల మీద వందరూపాయల నోట్ల కట్ట లెక్కబెడుతుండగా, ఆ గదిలో A.C నడుస్తూ ఉండగా, తన భార్య కాళ్ళు నొక్కుతూ ఉండగా–దేవుడు కూడా వస్తే కూర్చోండి" అంటారట.

దేవుడున్నాడో లేదో, ఆయన వస్తే మనుషులు ఎలా ఆదరిస్తారో నాకు తెలియదుకానీ, ఆనందాన్ని మాత్రం ఇలాగే ఆదరిస్తారు ప్రజలు. ఇండ్లు వాకిళ్ళు, పదవులు, భార్యాపిల్లలు, అన్నీ కావాలి వాటన్నింటితో బాటు ఆనందం కావాలి అనే వాళ్ళున్నారుగాని వీటి ఊసెత్తకుండా ఆనందం కావాలి అనేవారు మాత్రం నాకు కనబడటంలేదు. అయితే ఒక విషయం గుర్తుంచుకోండి? నేను ఆనందంతో పాటు ఇచ్చిన లిస్టులోని ఏవి మీరు కోరుకోకపోతే ఆనందం లభిస్తుంది అనడం లేదు. మాకు ఇవేవీ వద్దు ఆనందమే కావాలి అని మిమ్మల్ని అడగమనడంలేదు.

అయితే ఇంతకూ మీకు "నిజంగా ఆనందం కావాలా?"అయితే ఆనందంగా ఉండండి, అందుకు మధ్య నా బోడి పర్మిషన్ (అనుమతి) ఎందుకు?

"తుంగభద్ర స్నానానికి కొండుభొట్ల అనుజ్ఞ ఎందుకు" అన్నసామెత లాగుంది మీ వ్యవహారం

అని నేనంటుంటే ఆనందంగా జీవించడం మాకు రాదు కనుకనే మీపుస్తకం చదువుతున్నాం, వస్తే ఇక మీ పుస్తకం ఎందుకు? అనిమీరు అనవచ్చు.

నిజానికి ఆనందం పొందడానికి నిబంధనలు లేవు. అసలు మీరు ఎలా దుఃఖపడగలుగుతున్నారో నాకు తెలియడంలేదు. ఆనందమయ జీవితాన్ని (అసలు

జీవితం అంటేనే ఆనందం అనిఅర్థం) దుఃఖమయంగా మార్చడానికి మీరు ఎంతో చతురులు, సమర్థులు అయి ఉంటారనిపిస్తోంది నాకు.

పసివాడి ఆనందానికి, ఎదిగినవాడి దుఃఖానికి కారణం కనిపించదు. కానీ ఎదిగినవాడి ఆనందానికి, పసివాడి దుఃఖానికి మాత్రం కారణం కనిపిస్తుంది.

ఆనందంగా కాలం గడపాలని మీరభిలషించినప్పుడు మాత్రమే మీరు ఆనందాన్ని పొందగలరు.

నేను **"విజయం మీది!?"** అనే పుస్తకం ఒకటి వ్రాశాను. అది చదివిన పెద్ద మనిషి ఒకాయన నాకు విజయం అయితే లభించిందికానీ ఆనందం లభించ లేదు" అన్నాడు.

అప్పుడు నేను "అయితే మీరు దుఃఖాన్ని పొందటంలో విజయవంతు లైనారన్న మాట" అన్నాను నేను నవ్వుతూ ఆ మాట అన్నా ఆ పెద్దమనిషి అన్నమాట మాత్రం వాస్తవం. ఎంతోమంది సఫల జీవులు (జీవితంలో ఏదో ఒక విషయంలో సఫలత పొందినవారు) దుఃఖంలో ఉండటం నేనెరుగుదును.

"అపజయాలు వాస్తవాలను వెల్లడిచేస్తాయి;
విజయాలు వాటిని దాచి ఉంచుతాయి"–

అంటాడు "హోరెస్'

ఇది నిజం విజయాలు ఆనందం యొక్క రహస్యాన్ని దాచి ఉంచుతాయి. మనం మన ఆనందానికి ఎన్నో పరిధులు నిర్ణయించుకుంటాము. నిబంధనలు విధించుకుంటాము. ఇల్లు కట్టుకుంటే స్వంత ఇంట్లో ఆనందంగా ఉండగలను అమ్మాయి పెండ్లయిపోతే భారం దిగిపోతుంది అబ్బాయికి ఉద్యోగం దొరుకుతే ఇక చీకూచింతా ఉండదు; ప్రమోషన్ వస్తే ఇక ఆనందమే ఆనందం; బ్యాంకులో ఒక యాభైవేలు వేయగలుగుతే ఇక మిగిలిన జీవితం సంతోషంగా గడిచిపో తుంది.... ఇలా సాగుతాయి మన అవధిగమ్యాలైన ఆలోచనలు.

ఫలానా పని జరిగిన తరువాత, ఫలానాది సాధించగల్గిన తర్వాత మాత్రమే తాము ఆనందంగా ఉండగలము అనుకుంటారు. కానీ అది ఏనాటికి సాధ్యంకాదు. ఇది మనస్సు చేసే ట్రిక్కు. రేడియో వస్తే ఆనందంగా ఉండొచ్చు అంటుంది; రేడియో సాధించడం అనే ఆ గమ్యాన్ని చేరుకున్న తరువాత ఈ మనస్సు మళ్ళీ గమ్యాన్ని మార్చి దూరంగా ఉన్న టి.వి. సాధించమంటుంది. అక్కడి నుండి మళ్ళీ వి.సి.ఆర్ అంటుంది. మనస్సు స్థిరంగా ఉండలేదు కనుక తాను పరుగెత్తడానికి ఈ వస్తువులను నిమిత్తంగా చేసుకొని చంచలం అవుతూ ఉంటుంది. ఈ పరుగు పందానికి అంతం లేదు. చంచల మనస్కుడికి ఆనందమూలేదు.

వస్తువును పొంద ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు పొందలేనేమోననే భయంతో, ఏం ఎందుకు పొందలేను నా అర్హతలకు ఏం తక్కువైంది? అని ప్రశ్నించే అహంకారంతో,

పొందడం వల్ల వచ్చే క్షణిక సంతోషోద్రేకంతో, పొందలేకపోతే వచ్చే దుఃఖ ఉద్విగ్నతలతోనే మనకు సరిపోతుంది. ఇక ఆనందం ఎక్కడిది? ఈ సహజమనో బలహీనతలను ఆధారంగా చేసుకునే, జ్యోతిష్యులంతా వ్యాపారం చేసుకోగలుగుతున్నారు. ఆశ ఉంటేనే భవిష్యత్తు; దానివెంట పరుగెత్తేవాడికి వర్తమానస్ఫురణే ఉండదు. ఇక వాడు ఆనందించేదెప్పుడు.

ఆనందం అంటేనే వర్తమానం. మీరు ఆనందంగా ఉండటానికి మిమ్మల్ని చుట్టిముట్టి ఉన్న పరిస్థితులు ఏ విధంగానూ అవరోధం కాలేవు. ఆనందంగా ఉండటం మీ అంతరంగానికి సంబంధించిన విషయం, బైటి పరిస్థితులుగానీ, వస్తువులుగానీ, వ్యక్తులుగానీ ఏ రకంగానూ దానికి అడ్డు రాలేవు.

విచారం ఒంటరితనాన్ని కొని తెస్తుంది. పదిమందిలో ఉన్నా మనం మానసికంగా ఒంటరితనాన్నే అనుభవించడం జరుగుతుంది. సుఖదుఃఖాలను అనుభవించడానికి మనకొక పరిమితి ఉంది. అవధులు మించి మనం వాటిని అనుభవించలేము. కానీ ఆనందం అలాకాదు, దాన్ని శాశ్వతంగా అనంతమైన మోతాదులో మనదిగా చేసుకోవచ్చు.

కానీ మరోసారి అదే ప్రశ్నవేస్తున్నాను "నిజంగా మీకు ఆనందం కావాలా?" మళ్ళీ ఈ ప్రశ్న ఎందుకంటే చాలామంది ప్రజలు దుఃఖంలోనే మునిగి ఉండటానికి ప్రయత్నిస్తారు. అందుకు అనేక కారణాలు, ఒక కారణం ఏమిటంటే దుఃఖంలో ఉన్నవాణ్ణి అంతా ఓదార్చడానికి వస్తారు. ఆ రకంగా గుర్తింపు పొందవచ్చు. ఈ గుర్తింపు అహంకారానికి పుష్టి నిస్తుంది. ఆనందంగా ఉంటే ఎవడూరాడు గనుక గుర్తింపు ఉండదు. కనుక చాలా మంది లేనిపోని కారణాలు సృష్టించుకొని దుఃఖంలో మునగడానికి ప్రయత్నిస్తారు.

ఇక రెండవ కారణం... "ఈ విచారమన్నది వారు సోమరి తనానికి తగిలించుకునే ముసుగు" అంటాడు సామ్యూల్ జాన్సన్.

బడికి వెళ్ళడం ఇష్టంలేని పిల్లవాడు కడుపునొప్పి నటించినట్లు, సోమరులుగా కూర్చోవడం కొరకు కొందరు దుఃఖాన్ని నటిస్తారు. అప్పుడు "పోనీలే పాపం వాడికి మనస్సు బాగాలేదు వాడికే పనీ చెప్పకండి" అంటారు.

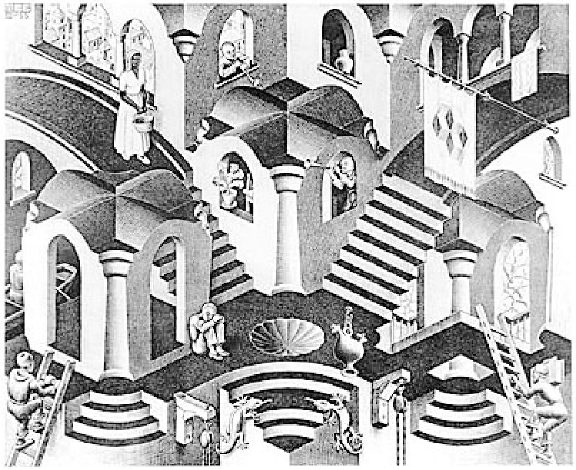
ఇలా నటించి నటించి వీరికి ఈ దుఃఖం సహజమౌతుంది.

ఇక మూడవ కారణం.... దుఃఖంలో అహంకారం దృఢమౌతుంది. ఆనం దంలో అది కరిగిపోతుంది. నేననేదే లేకపోతే ఇక దుఃఖం అనుభవించేవాడెవడు. అందుకే అహంకారి ఆనందంలో మునగడానికి ఇష్టపడడు. మరీ దుఃఖం భరించరానంత అయినప్పుడు, కొంతకాలం పాటు దానినుండి దూరం కావడం కొరకు త్రాగుతారు. త్రాగినప్పుడు అహం (నేను) విస్మరణ కొస్తుంది. అందువల్ల సుఖం కలుగుతుంది. మత్తు తగ్గగానే అహం స్మరణ కలుగుతుంది. మళ్ళీ దుఃఖం

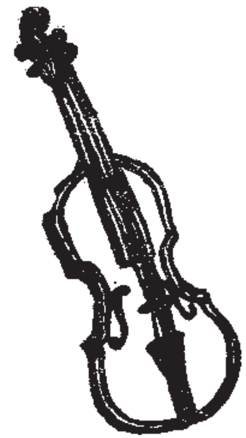
మొదలు, కానీ శాశ్వతంగా అహం విడవడానికి ఇష్టపడనివారు ఆనందంలో శాశ్వతంగా మునగలేరు.

"ఎక్కువ కష్టంలో నుండి తక్కువ కష్టంలోకి రావడమే సుఖం అంటే" అంటారు శ్రీ మన్నవ గిరిధరరావుగారు, జీవితంలో ఎదురయ్యే ఎక్కువ కష్టాల నుండి తప్పుకోవడానికి తక్కువ కష్టమైన చేదు, వెగటు పుట్టించే విస్కీ, సారాయి తాగుతాడు మానవుడు; అంతేకాని శాశ్వతంగా వీటిలోంచి బైటికి వచ్చి ఆనందం పొందడానికి ప్రయత్నించడు. "అర్థగంట భోగం, ఆరునెలలరోగం" అన్న సామెతలా గుంది ఇది.

Don'r find a fault
Find a remedy
- HENRY FORD



చెప్పుకోండి చూద్దాం!



అతి వద్దు

There is a great difference between knowing a thing and understanding it
- Charles Kerrering

శ్రావస్తీ నగరాన్ని శ్రోణుడనే రాజు పాలించేవాడు. ఆయనొక గొప్ప సౌందర్యారాధకుడు. శ్రావస్తీ నగరాన్ని ఆయన చాలా అందంగా మలిచాడు. అందమైన సరోవరాలు, విశాలమైన రోడ్లు, వాటి పక్కన చెట్లు, పూదోటలు, భూతల స్వర్గంలా ఉండేది. ఆ రోజులలో శ్రావస్తి; బహుశా అలనాటి పారిస్ అదేనేమో! శ్రోణుడి ఆస్థానంలో కవులు, సంగీతకారులు, విద్వాంసులు మొదలైన సమస్త విద్యలలో ఆరితేరిన విద్వాంసులు ఉండేవారు. కేవలం అందమైన స్త్రీలనే ఎంపిక చేసి ఆయన రాజభవనంలో సేవలకు నియమించేవాడు. ప్రపంచంలో కెల్లా ఉత్తమమైన వస్తువులన్నింటితో ఆయన భవనం నిండి ఉండేది. ఆయనెంతో విలువైన ద్రాక్ష సారాయి త్రాగేవాడు. ఇరవై నాలుగు గంటలు ఇలా సుఖభోగాలలో మునిగి తేలే శ్రోణుడు, ఏదో తెలియని చింతకులోనైనాడు. అన్ని భోగాలపైనా ఆయనకు, అసహ్యం ఏర్పడింది.

విరక్తితో ఆత్మహత్య చేసుకుందామని వెళుతుంటే, కొన్ని వేలమంది ముందు ఉపన్యసిస్తున్న గౌతమ బుద్ధుడు కనిపించాడు. ఆయన ముఖంలోని కాంతిని, మాటలలోని గాంభీర్యాన్ని లోతును చూసి ఆయన ఆగిపోయాడు. ఉపన్యాసం కాగానే వెళ్ళి ఆయన చరణాలపై వాలి తనకు సన్యాసం ఇమ్మని కోరాడు.

ఆయన మునిగి తేలిన సుఖభోగాల లోతు తెలుసు గనక బుద్ధడు ఆయనకు దీక్ష ఇవ్వడానికి కొంచెం వెనుకాడాడు. అప్పుడు శ్రోణుడు "తథాగతా! నాకిక రెండే దారులు– మీచేత సన్యాసం లేదా ఆత్మహత్య. ఇక మీరు కాదంటే ఆత్మహత్యే నాకు దిక్కు అప్పుడు నా ఆత్మహత్యకు కారణం మీరవుతారు" అన్నాడు.

అతడి ఆత్మహత్యకు కారణం తానవడం ఇష్టంలేని బుద్ధుడు శ్రోణుడికి సన్యాస దీక్ష ఇచ్చాడు. ఇన్నాళ్ళూ విపరీతంగా సుఖాల ననుభవించిన శ్రోణుడు ఇక రెండవ "అతి" కివెళ్ళాడు. తన శరీరాన్ని విపరీతంగా హింసించుకోవడం మొదలు పెట్టాడు. ముళ్ళమీద పడుకుంటాడు. నాలుగు వైపులా అగ్ని వేల్చుకొని రోహిణికార్తె ఎండలో మిట్టమధ్యాహ్నం కూర్చుంటాడు. ధనుర్మాసపు చలిలో మంచు కరిగే నీళ్ళల్లో నిలబడి తపస్సు చేస్తాడు. ఆరునెలలలో శ్రోణుడు గుర్తుపట్టరాకుండా తయారయ్యాడు. ఒంటినిండా గాయాలతో ఉన్న శ్రోణుడి దగ్గరికి బుద్ధుడు వచ్చాడు.

ఆయన శ్రోణుడితో "నీవు ఒకప్పుడు సితార్ బాగా వాయించేవాడివని విన్నాను నిజమేనా?" అన్నాడు. శ్రోణుడు బలహీనస్వరంతో "అవును తథాగతా! కానీ అదంతా ఇప్పుడెందుకు, నేను ఆ భోగాలనే బురద నుండి బైటపడ్డాను ఇక వాటి ఊసెత్తకండి" అన్నాడు. బుద్ధుడు నవ్వుతూ "అది సరేలేగాని నేను సితార్ గురించి కొన్ని విషయాలు తెలుసుకోదలచాను చెప్పు; తంత్రులను బాగా బిగిస్తే సితారు మ్రోగుతుందా"? అన్నాడు. శ్రోణుడు లేదు పరమాత్మా! తంత్రులు బాగా బిగిస్తే మ్రోగక పోగా సితారు విరిగి పోవచ్చు కూడా" అన్నాడు. "అయితే అసలు బిగించకుండా ఉంటే మోగుతుందా"? అన్నాడు బుద్ధుడు. శ్రోణుడు బుద్ధుడికి ఈ మాత్రమైనా తెలియదా అన్నట్లుగా ముఖం పెట్టి "లేదు భగవాన్! అప్పుడు దాని నుండి ఏ శ్రావ్యమైన సంగీతమూ ఉత్పన్నం కాదు" అన్నాడు.

బుద్ధుడు చిద్విలాసంగా నవ్వుతూ "ఎంత చక్కగా చెప్పావు; సితార్ విషయంలో ఇంత తెలివిగా వ్యవహరించగలవాడివి మరి ఇదేమిటి నీ విషయంలో ఇలా ఉన్నావు? విపరీతంగా భోగాలనుభవిస్తే ఏ విధంగానయితే శరీరారోగ్యం, మనశ్శాంతి పోగొట్టుకుంటామో, శరీరాన్ని ఎలా తపస్సు పేరుతో బాధపెట్టినా అంతే. ఒకటి నీ శరీరం మనస్సు అనే తంత్రులను విపరీతంగా బిగించడం లేదా అసలు బిగించకుండానే విడవడం లాంటిదిఇది. కాబట్టి లే, ఉపవాసాలు మాను, శరీరానికి కావలసిన ముఖ్య అవసరాలు పూర్తిచేయి. అలా అని దానికి మితిమీరిన సుఖాలనివ్వబోకు, అప్పుడే నీకు నిర్వాణం ప్రాప్తించగలదు" అన్నాడు.

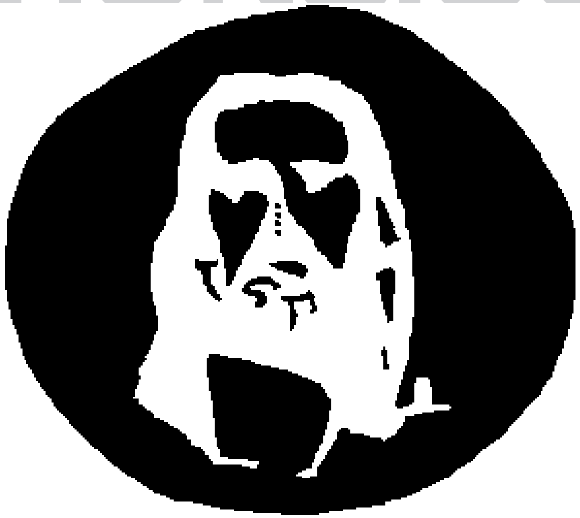
రెండు ప్రక్కలా ముళ్ళ చెట్లు వున్న సన్నటిదారిలో నడవాలంటే జాగరూకత కావాలి. త్రాగుబోతుకు అది సాధ్యంకాదు. అలాగే ఆనందంగా జీవించదలచుకున్న వాళ్ళు "అతి"గా దేనిలోకీ దిగకూడదు. జాగరూకులై అన్నింటిమధ్యా మెల్లిగా నడవాలి.

జీవితం ఒక మట్టి ప్రమిదలాంటిది. కాని అందులో జ్యోతి మృణ్మయం కాదు, చిన్మయం. ఆకాశానికి చెందిన జ్యోతి,భూమికి, చెందిన ప్రమిదల రెంటి కలయిక ఒక అపూర్వ సంగమం. కానీ తాము కేవలం మృణ్మయుల మనుకున్నా ప్రమాదమే, చిన్మయుల మనుకున్నా ప్రమాదమే. జ్యోతి నిలవడానికి మట్టి ప్రమిద చాలా అవసరం; జ్యోతిలేని ప్రమిదకు విలువే లేదు.

హేతువాదులు, నాస్తికులు, సంసారులు, భోగులుగా పేరు పొందిన వారంతా కేవలం శరీరానికే ప్రాధాన్యతనిస్తూ అదే సర్వస్వంగా భావిస్తూ, దాన్ని సుఖపెట్టడానికే జీవితం అంతా ఉపయోగిస్తారు. ఇక రెండవ జాతివారు విరాగులుగా పేరు పొందినవారు, సాధన పేరుతో ఈ శరీరాన్ని చిత్రహింసల పాలు చేస్తారు. మట్టి ప్రమిదను పగలగొడితే జ్యోతి ఎక్కడ వెలుగుతుంది? అలా అని నిరంతరం ప్రమిదను తోముతూ అసలు జ్యోతే వెలిగించక పోతే ఎలా?

జీవితం ఒక అవకాశం మాత్రమే అది గమ్యం కాదు. దాన్ని నువ్వు ఎలా ఉపయోగించుకుంటావనేది కేవలం నీకు సంబంధించిన విషయం. పూర్తిగా భౌతిక సుఖాలకు ప్రాధాన్యత నిచ్చి అందులో ముక్కు వరకు మునిగి మనశ్శాంతి లేకుండా చేసుకుంటావా లేక కనిపించే ప్రపంచాన్నంతటినీ కాదనీ, కాలదన్ని, ఉందోలేదో తెలియని అతీత లోకాన్నేదో అందుకోవడం కోసం నన్ను నువ్వే చిత్రహింసల పాలుచేసుకుని, ఆ విధంగా మనశ్శాంతి లేక బాధపడతావా నీవే నిర్ణయించుకో.

ఈ రెంటిమధ్య శరీర, మానసిక అవసరాలు తీరుస్తూ సహజ జీవనంలో కాలం గడిపే వాడికి మాత్రం ఆనందం లభిస్తుంది.



మధ్యలోని నాలుగు చుక్కల మీద మనసు 30 సెకండ్లు ఏకాగ్రంగా ఉంచండి. మీరు ఒక కాంతి వర్తులాకారాన్ని చూస్తారు. అలాగే వర్తులాకారాన్ని చూస్తూ ఉండండి. మీకేం కనిపించింది?



ప్రేమ ప్రాప్తిలోనే జీవన పూర్ణత ఉంది

సత్యం - శివం - సుందరం

మనిషి యొక్క మొదటి అవసరం ఆహారం. ఇది సత్యం. వ్యవహారిక సత్యం ఇది పరమార్థిక సత్యం కాకపోవచ్చు. వేదాంతంలో ఇదంతా మిథ్యకావచ్చు. ఈ జగత్తంతా స్వప్నంలాంటిదే కావచ్చు. కానీ ఉపన్యాసం అంతా అయిపోయాక మిథ్యాతత్వాన్ని పసందుగా వర్ణించిన స్వామివారు కూడా భోంచేయక తప్పదు. సరే అనివార్యమైన ఈ అవసరం ఆది మానవుడిలోనూ ఉండేది. అధునాతన మానవుడిలో కూడా కనిపిస్తోంది. మరి ఈ విషయంలో వారిద్దరిలో ఏమిటి వ్యత్యాసం? ఒకటే– నాగరికుడైన అధునాతన మానవుడు, ఆదిమానవుడిలాగా పచ్చిమాంసం పీక్కుతినక, రుచికరంగా వండుకొని తింటున్నాడు. దీన్నే నాగరికత అన్నారు.

ఎప్పుడయితే మానవుడు పదార్థాలను రుచిగా వండుకు తినడం మొదలు బెట్టాడో అప్పటినుండి ఆహారం అవసరంగా కాక భోగంగా మారింది ఒక రాజుగా రుండే వాడు; ఆయన రకరకాల పదార్థాలు అనేకరీతుల్లో రుచికరంగా వండించు కొనితిని, కడుపు నిండిన తరువాత నోట్లో వేళ్ళు పెట్టుకొని బలవంతంగా అంతా కక్కేసేవాడు. మళ్ళీ వండించుకు తినేవాడు. భోజనం ఆయనకు అవసరంకాదు, భోగం. అందువల్ల దాన్ని వీలైనంత ఎక్కువగా అనుభవిద్దామని చూసేవాడు.

ఆకలి మనిషి యొక్క శారీరిక అవసరం. ఇది తీరకపోయినా దుఃఖం తప్పదు. దాన్ని భోగం క్రింద మార్చి అతిగా అనుభవించ ప్రయత్నించినా దుఃఖం తప్పదు. కనుక ఆనందంగా జీవించడానికి మొదటి మెట్టు ఆకలి అనే అవసరం తీర్చుకోవడం.

మానవుడు కేవలం శరీరం మాత్రమేకాదు అతడికి మనస్సు కూడా ఉంది. ఆహారం కన్నా సూక్ష్మమైన పదార్థం కళ. ఇది మనస్సుకు అందించవలసిన ఆహారం. మనసుకు ఈ ఆహారం అందకపోతే, వ్యక్తికి కేవలం శారీరిక అవసరమైన ఆహారమే గోచరిస్తుంది. అప్పుడు వారు ప్రపంచాన్ని ఉపయోగదృష్టితో చూస్తారు. ఉపయోగ దృష్టి వచ్చిన మరుక్షణం జీవితం వ్యాపారంగా మారిపోతుంది. ప్రేమ, ఆప్యాయతలు కోల్పోబడతాయి. లలితకళలను సమాధి చేసిన ఔరంగజేబ్‌కాలంలో ఈ పరిస్థితి నెలకొని అరాజకత ఏర్పడి అది చివరికి మొగల్ సామ్రాజ్య పతనానికి దారి తీసింది. ఉపయోగితా ముక్తంకాని ప్రపంచంలో స్వార్థం, లోభం చోటు చేసుకుంటాయి. రసికత లోపిస్తుంది. సంస్కృతి మట్టికరుస్తుంది.

ఈ కళాస్వాదననే సౌందర్యారాధన అన్నారు. "నీ దగ్గర రెండు రొట్టె ముక్క లుంటే ఒకదాన్ని అమ్మి ఒక తామర పుష్పాన్ని కొనుక్కో" అనే సామెత కని పిస్తుంది చైనా ప్రజల్లో. దీన్ని బట్టి ఆహారం తరువాత మళ్ళీ అంత ప్రాధాన్యత సౌందర్యా రాధనకు ఇవ్వబడిందని తెలుస్తుంది. మనకే వస్తువైనాఎంతో అందంగా కనబడితేదాన్ని కొనేవరకు మనకు నిద్రపట్టదు. ఆ వస్తువు మనదైన మరుక్షణం దానినుండి ఆకర్షణ కోల్పోవడం మొదలు బెడుతుంది. ఒకే వస్తువును నిరంతరం చూస్తూ ఉంటే చూడటానికి అందులో కొత్తదనమేదీ మిగలదు. కానీ చూడగల సౌందర్య దృష్టి మనిషికి వస్తే ప్రతి వస్తువు ప్రతిక్షణం కొత్తగానే కనిపిస్తుంది.

"శనైః శనైః యన్న వతాముపైతి
తదేవరూపం లావణ్యతాం"

మెల్లిమెల్లిగా ఏది నూతనత్వాన్ని సృష్టిస్తుందో ఆ రూపమే సౌందర్యం. ఇదీ లాక్షణికులు సౌందర్యానికిచ్చిన అర్థం.

అయితే చూడగల దృష్టి వస్తే సృష్టిఅంతా అందంగా కనపడుతుందని చెప్పినప్పుడు అందం కేవలం దృష్టిలోనే ఉందా! సృష్టిలో లేదా? అనేది ప్రశ్న. అక్బర్ ఒకసారి తన మనుమడిని ఎత్తుకొని ముద్దాడుతూ "ఆగ్రాలో నా మనవడికన్నా అందమైన పిల్లవాడు ఎవరన్నా ఉన్నాడా?" అని సభాసదులను ప్రశ్నించాడట. అక్కడ కూర్చున్నవారిలో ఎవరికీ ఆ మాటకాదనే ధైర్యంలేదు. "లేదు జహాపనా! మీ మనవడికన్నా అందగాడు అసలీ సృష్టిలోనే లేడనుకుంటా ఇక ఆగ్రా సంగతి ఏమని చెప్పాలి?" అన్నారు. అప్పుడే సభలోకి ప్రవేశిస్తున్న బీర్బల్ "ఆలంపనా! ఆగ్రాలోనే మీ మనవడికన్నా అందమైన పిల్లవాడున్నాడు. నావెంట వస్తే చూపిస్తాను" అన్నాడు. అంతా మారువేషాలు వేసుకొని ఆ అందమైన పిల్లవాణ్ణి చూడటానికి వెళ్ళారు. ఊళ్ళో సందులు గొందులు అన్నీ తిప్పి వాళ్ళనందరినీ ఊరవతల ఉన్న మురికి వాడకు తెచ్చాడు బీర్బల్. అక్కడ కనిపించాడు బీర్బల్ చూసిన పిల్లవాడు బొగ్గుకన్నా నలుపురంగులో, సన్నటి చీపురు పుల్లలలాంటి కాళ్ళు చేతులతో, చీమిడి ముక్కు, చింపిరిజుట్టుతో ఒళ్ళంతా మట్టికట్టుకొని జువ్వుమని ఈగలు ముసురుతున్న

పెంటకుప్పమీద ఆడుతూ, అక్బర్ ఇంతదూరం నడిచిన అలసటకు, చూసిన వికార దృశ్యం తోడై కోపం రసాతలాన్ని అందుకొని "దుర్మార్గుడా! తల తీయించి వెయ్యగలను జాగ్రత్త. వీడా నువ్వు చూపే అందమైన పిల్లవాడు"? అంటూ గద్దించాడు. బీర్బల్ నవ్వుతూ "కాస్తాగండి జహాపనా!" వాడు అందమైన పిల్లవాడని ఇప్పుడే నిరూపిస్తాను" అంటూ ముందుకు వెళ్ళి ఆ పిల్లవాడి తొడపిండాడు. ఇంకేం ఆ పిల్లవాడు రాగాలాపన మొదలు పెట్టాడు. చెత్తకుప్ప ఎదురుగా ఉన్న గుడిశలోనుంచి వాడి తల్లి బైటికి వచ్చింది. వెంటనే బీర్బల్ "అబ్బా! ఇంత అసహ్యంగా ఉండే పిల్లవాణ్ణి ఎలా కన్నావమ్మా? పురుగులాగున్న ఆ వెధనవను చూస్తే నాకు నలిపివేయ బుద్ధయి గిల్లాను" అన్నాడు. ఏడుస్తున్న పిల్లవాణ్ణి ఎత్తుకున్న ఆవిడ కాళీరూపాన్ని ఎత్తి "ఓరి దొంగ సచ్చినోడా! నా బిడ్డకన్నా అందమైన పిల్లవాడసలు ఈ ప్రపంచంలో ఉన్నాడటరా! నా బంగారుకొండ మీద పడ్డ నీ చేతులు పడిపోనూ, ఉండు నీసంగతి చెబుతాను" అంటూ కఱ్ఱ తీసుకు రావడానికి గుడిశలోకి వెళ్ళింది. వెంటనే బీర్బల్, ఆయన వెంట అక్బరు, ఆయన వెంట సభాసదులు అంతా అక్కడినుండి పరుగెత్తి ప్రాణాలు రక్షించుకున్నారు.

ఈ కథవల్ల సౌందర్యం దృష్టికి సంబంధించిందే కాని సృష్టికి సంబంధించింది కాదని తెలుస్తోంది. కానీ ఎవరో ఒకరిద్దరు మనోవ్యాధికి లోనైనవారికి తప్ప అందరికీ సమానంగా అందంగా కనపడే వస్తువులు, దృశ్యాలు సృష్టిలో ఉన్నాయికదా – అవే మేఘాలు, వెన్నెల, పూవులు, పచ్చటి పొలాలు మొదలైనవి. కాబట్టి సౌందర్యం కేవలం దృష్టికి సంబంధించిందే కాని సృష్టికి సంబంధించింది కాదు అని ఎలా చెప్పగలం? అన్న ప్రశ్నకు సాహిత్యకారులు....

Beauty is the objectified happiness

మనిషిలో ఆనందం వస్తుగతమై గోచరిస్తే దాన్ని అందం అంటారు.

Happiness is the Subjectified beauty

సృష్టిలోని అందం వ్యక్తిలో వికసిస్తే దాన్ని ఆనందం అంటారు.

అని వివరణ ఇచ్చారు. కాబట్టి సౌందర్యం దృష్టిగతమైనది మాత్రమే కాక సృష్టిగతమైంది కూడా అందామా లేక రెంటిలోనూ ప్రతిబింబించే ఒకే తత్వం ఒకచోట సౌందర్యంగానూ, మరొక చోట ఆనందంగాను పేర్కొనబడుతోంది అందామా?

మనసున్నంతవరకే ద్రష్టా దృశ్యభేదం (చూచేవాడు–చూడబడేది) ఉంటుంది. అది ఉన్నంతవరకూ సౌందర్యం ఉభయాత్మక మనవలసి వస్తుంది. ఈ సౌందర్యారాధన చరమస్థాయికి చేరినప్పుడు సాధకుడు శివుడౌతాడు (శివంలోకి ప్రవేశిస్తాడు)

భౌతిక సత్యమైన శారీరిక అవసరాలనుండి (సత్యం నుండి) ఎదిగి, మానసిక అవసరమైన సౌందర్యారాధన చేసే కళాకారుడు సామాన్య వస్తువులో సౌందర్యా

న్ని సాక్షాత్కరించుకొని తన పద్ధతి (Mediun) లో వ్యక్త పరుస్తాడు. అలా వ్యక్త పరచిన కృతిలో తానే విలీనమై ధ్యానైకగమ్యుడై శివ తత్వాన్ని పొందుతాడు.

జెన్ తత్వశాస్త్రంలో ఒక కథ కనిపిస్తుంది. సౌందర్యోపాసకుడైన ఒక రాజుగారుండేవాడు. ఆయన ఆస్థానంలో లెక్కకు మించిన కళాకారులున్నారు. ఒకసారి ఆ రాజుగారు తన ధ్యానమందిరం లోపల గోడలమీద ఏవైనా మంచి ప్రకృతి దృశ్యాలు చిత్రింపచేయాలని సంకల్పించాడు. "ఏ చిత్రాన్ని చూడటం వల్లనయితే నేను ఏ ప్రయత్నం లేకుండా సమాధి స్థితిని పొందుతానో అటువంటి చిత్రం దించగలవారు ముందుకు రండి" అని ఆయన సభలో ప్రకటించాడు. ఒక వృద్ధ చిత్రకారుడు ముందుకువచ్చి "మహా రాజా అటువంటి చిత్రాన్ని నేను దించగలను ఎటొచ్చీ నాకు మూడు సంవత్సరాల వ్యవధికావాలి" అన్నాడు. రాజుగారు అందుకు సమ్మతించి ఆ ధ్యాన మందిరంలోనే ఆ చిత్రకారుడికి కావలసిన ఏర్పాట్లు అన్నీ చేయించాడు. ఆ చిత్రకారుడు రాజుగారితో సహా ఎవరినీ ఆ గదిలోకి రానిచ్చేవాడుకాడు. మూడు సంవత్సరాల సుదీర్ఘ ప్రతీక్షలో రాజుగారు ఆతృతగా కాలం గడిపాడు. చివరికి చిత్రం చూపించే సమయం ఆసన్నమైంది. కేవలం రాజుగారిని మాత్రమే వెంట బెట్టుకొని ఆ చిత్రకారుడు గదిలోకి ప్రవేశించాడు. వెంటనే చిత్రకారుడు తలుపులు వేశాడు. రాజుగారు తన కండ్లను నమ్మలేకపోయాడు. ఇది నిజమా అన్నతంత సహజంగా గోడపైన ఒక ప్రకృతి చిత్రం దర్శనమిచ్చింది పారుతున్న సెలయేరు, దట్టమైన అడవి, అప్పుడే ఉదయిస్తున్న సూర్యుడి వెలుగులో స్పష్టంగా ఆ చెట్ల మధ్యనుండి కనిపిస్తున్న ఒక సన్నని కాలిబాట. ఆ బాట అలా అలా వెళ్ళి దూరంగా ఉన్న కొండల వెనక్కి తిరిగి మాయమైపోయింది. రాజుగారు మంత్రముగ్ధులైపోయి కన్నార్పకుండా ఆ చిత్రాన్ని చూస్తూ "ఇంతకూ ఆ బాట ఎక్కడివరకూ వెళుతుంది?" అని ప్రశ్నించాడు. చిత్రకారుడు "ఏమో మహారాజా నాకు తెలియదు" అన్నాడు. రాజుగారు ఆ చిత్రకారుడి చేతిని తన చేతిలోకి తీసుకొని "రా! ఆబాట ఎక్కడిదాకా వెళుతుందో అలావెళ్ళి చూసివద్దాం" అంటూ ముందుకు కదిలాడు. వారిద్దరూ ఆ చిత్రంలోకి ప్రవేశించి ఆకాలి బాటగుండా నడుస్తూ ముందుకు వెళ్ళి ఆ పర్వతాల వెనక్కు వెళ్ళారు. ఇంతవరకూ వారు తిరిగి రాలేదు.

ఇదీ సత్యం నుండి సుందరంలోకి, సుందరం నుండి శివంలోకి ప్రయాణించే విధానం. ఆహారమనే (సత్యం) అవసరం వెఱ్ఱి తలలు వేసి భోగంగా మారితే అనర్థాలకు దారి తీసినట్లు, సౌందర్యారాధన అనే మానసిక అవసరం కూడా భోగంగా మారితే అనేక అనర్థాలకు దారి తీస్తుంది. సౌందర్యారాధకులైన ప్రఖ్యాత కళాకారులలో ఈ వైపరీత్యాలు కనిపిస్తాయి. ప్రసిద్ధ సాహిత్య కారుడు జార్జ్ బెర్నార్డ్‌షా గొప్ప లోభిగా, అహంకారిగా కూడా ప్రసిద్ధిగాంచాడు. ప్రపంచ ప్రసిద్ధ చిత్రకారుడు, శిల్పకారుడు అయిన "పాబ్లోపికాసో" కూడా లోభానికి లోనైన సంఘటనలు అనేకం కనిపిస్తాయి. అమర చిత్రకారుడు "రవివర్మ" సౌందర్యారా ధనను శివంగా

మార్చుకోలేక స్త్రీ సౌందర్యంలో చిక్కుకొని అక్కడే ఆగిపోయిన సంఘటనలు మనకు తెలుసు. అమర చిత్రకారుడు "విన్సెంట్ వాంగాగ్" (డచ్ దేశవాసి) సౌందర్యాన్ని ఎంత ప్రేమించే వాడంటే ఆ ఉన్మాదంలో సౌందర్యాన్ని నలుగురితో పంచుకోవాలనే పిచ్చిలో ఒక వ్యభిచారిణి తన చెవిని పొగిడినందుకు (ఆయన పూర్తిగ కురూపి, ఆయనలోని ఏ అంగము అందంగా కనపడకపోయే సరికి చివరికి ఆవిడ చెవిని పొగిడింది) అక్కడికక్కడ చెవిని కోసిచ్చిన పిచ్చివాడు ఆయన. చివరి రోజుల్లో ఫ్రాన్సులోని అత్యంత వేడి ప్రదేశమైన అర్లెస్ (ARLES) లో మైదానంలో సూర్యుడి చిత్రాలు దించేవాడు. ఆ ఎండ దెబ్బకే ఆయన చనిపోయాడు కూడా. ఆయన చిత్రాలు గమ్మత్తుగా ఉండేవి.వాటిలో చెట్లు నక్షత్రాలను దాటి వెళ్ళేవి. జీవితాంతం కటిక దారిద్ర్యం అనుభవించి దుర్భరమైన జీవితాన్ని గడిపి, సౌందర్యమే సర్వస్వమనుకుంటూ మరణించాడాయన, కనుక మనస్సు యొక్క ఆకలిని సౌందర్యమనే ఆహారంతో తృప్తిపరచినాక, శివంలోకి ప్రయాణిస్తేనే దాని సార్ధకత.

సత్యం నుండి కొందరు బుద్ధిజీవులు మానసిక అవసరమైన సౌందర్యారాధనలోకి గాక జ్ఞానారాధనలోకి వెళతారు. అక్కడే ఆగిపోయి పాండిత్యమే సర్వస్వ మనుకుంటే, అహంకారులై అక్కడే నిలిచిపోతారు లేదా దాన్నిదాటి అనంతంలోకి ప్రయాణిస్తారు, ఆ సాధనను **"సత్యం జ్ఞానం అనంతం"** అంటారు. అది బౌద్ధికుల మార్గం. "సత్యం శివం సుందరం" భావుకుల మార్గం. సత్యం సుందరం వెళ్ళి తలలు వేయకుండా మధ్యన నిలిచి శివం (ఇదే అనంతం) వీటి సమతౌల్యతను (Balance) నిలుపుతుంది.

సత్యమైన తిండి శారీరిక ఆహారమైనట్లు, సౌందర్యమనే తిండి మానసిక ఆహారమైనట్లు, శివమనే తిండి ఆత్మికమైన ఆహారం.ఆత్మకుకూడా ఆకలి ఉంటుంది. ధ్యానమే దీని అవసరాన్ని తృప్తి పరచగలదు.

ఈ మూడు ఆకలులు తీరినప్పుడు వ్యక్తి తృప్తుడౌతాడు తృప్తిలోనే పూర్ణుడౌతాడు. ఈ పూర్ణత్వమే ఆనందం. అపూర్ణత్వమే దుఃఖం. ఈ పూర్ణత్వ ఆనందోప లబ్ధికి మార్గం. **"సత్యం శివం సుందరం".**

In Calmness, intution gives birth to Faith



ఆనందం పంచే కళ

It is not well : Thou has reaped and thou must sow

LIGHT ON THE PATH.

అంతా ఇంకొకరికి ఆనందం పంచుదామనే చూస్తున్నారు. ప్రయత్నిస్తు న్నారు. కానీ ఇన్ని ప్రయత్నాల తరువాత కూడా ఈ ప్రపంచంలో ప్రతి వ్యక్తికీ దుఃఖమే లభిస్తోంది. ఆనందం లభించడం లేదు. ఇందుకు కారణం ఏమిటి? భార్యకు భర్త ఆనందం పంచుదామని చూస్తున్నాడు. కానీ కేవలం దుఃఖమే ఇవ్వగలుగుతున్నాడు. అన్న తమ్ముడిని, తండ్రి కొడుకుని, భార్య భర్తను ఆనందంలో ముంచుదామనే చూస్తున్నారు. కానీ అంతటా దుఃఖం వ్యాపిస్తోంది. ఇందుకు కారణం ఒకటే; అసలు వారి వద్ద ఆనందం లేదు. మీవద్దలేని వస్తువును మీరు ఎలా పంచగలరు? ఇలా ఆనందాన్ని పంచుదామని ప్రతి తండ్రి మనస్ఫూర్తిగా ప్రయత్నిస్తాడు. కానీ కొడుక్కు దుఃఖం తప్ప మరొకటి ఇవ్వలేడు. అప్పుడు ప్రతి శిశువు తన తండ్రిని చంపాలని జీవితంలో ఒకసారన్నా అనుకుంటాడు. దీనినే సిగ్మండ్ ఫ్రాయిడ్, ఈడెపల్ స్థితి (OEDIPAL SITUATON) అంటాడు. శరీరం పెరుగు దలతో పాటు ఉద్వేగపరంగా అతడు ఎదగ గలుగుతే సరి, లేదా ఈ భావదశ ఆ పిల్లవాణ్ణి వృద్ధాప్యం వరకు వెంటాడుతుంది.

మన దగ్గర లేని ఆనందాన్ని ఇతరులకు ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించడంలోనే ఆగిపోవడంలేదు. నా దగ్గర లేదు కనుక ఇంకొకరి దగ్గర నుండి పొందడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాను కూడా. కానీ నేను ఎవరి వద్ద నుండయితే ఆనందం పొందడానికి ప్రయత్నిస్తున్నానో వారి వద్ద కూడా అది లేదు. ఇలా పరస్పరం ఒకరి నుండి ఇంకొకరు ఆనందం పొందడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. కానీ ఎవరి వద్దా లేదు ఆనందం. ఇది ఎలా ఉందంటే ఇద్దరు బిచ్చగాళ్ళు భిక్షాపాత్రలు చేతపుచ్చుకొని ఒకరి ముందు ఒకరు అడుక్కోవడానికి నిలబడ్డట్టుగా ఉంది. చివరికి ఎవరికీ ఆనందం లభించక పోవడంతో ఒకరు ఇంకొకరిచేత మోసగించబడ్డామని భ్రమపడుతున్నారు. "వాడి వద్ద ఆనందం ఉంది వాడు ఇవ్వగలడు కానీ ఇవ్వడంలేదు" అనుకుంటారు ప్రతివాళ్ళు. కానీ పాపం నిజంగా ఉంటే ఇవ్వడామరి!

నిజానికి ఆనందం ఇవ్వడం వల్ల పెరుగుతుందే కాని తరగదు. కాబట్టి ఉండి ఇవ్వగలిగినవాడు తప్పక ఇస్తాడు. అది ఇవ్వకపోతే తరిగేది, అంతమైపోయేది కనుక ఇది ఇచ్చి తీరవలసిందే. కానీ ఈ బికారుల సంసారంలో అంతా ఆనందం అడుక్కుతినే వారేగాని ఇవ్వగల కోటీశ్వరులు కనిపించరు. ఒక వ్యక్తి ఇంకోవ్యక్తితో స్నేహం చేసేటప్పుడు, కొత్తగా వివాహమైన సమయంలో, అంతా సంతోషమే కనిపిస్తుంది. ఇది క్రమక్రమంగా పెరిగి ఆనందంగా పరిణమిస్తుంది అనుకుంటాము మనం. కానీ ఇది పోనుపోనూ దుఃఖంగా మారిపోతుంది. అందుకు కారణం ఏమిటంటే, కొత్తలో ఎదుటి వ్యక్తి నుండి ఆనందం లభిస్తుందనే ఆశ ఉంటుంది. కాలం గడుస్తున్న కొద్దీ ఆశ క్షీణిస్తుంది. ఆనందం ఎండమావి అనే సంగతి తెలుస్తుంది.

నేను ఒంటరిగా దుఃఖాన్ని పొందుతున్నాను. ఇంకో వ్యక్తితో కలిసి జీవిస్తే ఆనందం లభిస్తుంది అనుకోవడంవల్లే ప్రతి వ్యక్తి పెండ్లి చేసుకుంటాడు. స్త్రీ పురుషులిరువురూ అనుకునేది అదే. ఇది ఎలా ఉందంటే పాట పాడటం సరిగ్గా రానివాడు పక్క వాయిద్యం కొరకు వెతుక్కున్నట్లుగా ఉంది. కానీ ఒంటరిగా పాడటం చాతకాని వాడికి పక్క వాయిద్యాలతో శృతికలపడం ఇంకా కష్టమనే సంగతి కొంతకాలం తరువాత గానీ తెలియదు. కానీ చాలామంది మూర్ఖులు "నాకు ఈ భార్య నుండి ఆనందం లభించలేదు, కానీ ఇంకో భార్యనుండి తప్పక లభించగలదు" అనుకొని, ఒక పెండ్లి తరువాత మరొక పెండ్లి చొప్పున చేసుకుంటూ పోతారు. నిజానికి స్త్రీ పురుషులంతా బిచ్చగాళ్ళే ఎవరివద్దా ఆనందం లేదు.

"ఇది ఉచితంకాదు, నువ్వు వంట కోసుకున్నావు కనుక ఇక విత్తనాలు నాటాలి" అంటుంది మార్గప్రదీపం (Light on the path) అనే గ్రంథం. ఏదైనా సాధించడాన్ని రెండుగా భాగించవచ్చు – ఒకటి వెతకడము, రెండవది పంచడము. ఆనందాన్ని పంచకపోతే ఆ వ్యక్తి దాన్ని సాధించుకున్నట్లు కాదు. ఆనందాన్వేషణ కూడా లోభప్రవృత్తే. ఆనందాన్వేషణ అస్మితా కేంద్రితమై (Self - Centered) ఉంటుంది. అన్వేషణ ప్రారంభదశలో స్వార్థపూరితమైన ఈభావదశ అనివార్యం. నా కొరకుగాక నేను ఇంకెవరి కొరకు ఆనందాన్ని అన్వేషిస్తాను? నిజమే కాని స్వార్థంతో నా కొరకు నేను ఆనందాన్ని కోరుకుంటూ ఉన్నంతవరకు నాకు లభించే ఆనందం అసంపూర్ణంగానే ఉంటుంది. ఆ స్వార్థపూరిత ఆనందంలో కాస్తంత దుఃఖఛాయ కూడా ఉంటుంది. ఎందుకంటే అహం (నేను) అనే భావం ఉన్నంతవరకు, 'నేను' కు ప్రాధాన్యత ఇచ్చినంతవరకు పూర్తిగా దుఃఖం నుండి బైటపడటం అసంభవం ఈ 'అహంభావనే' (నేను అనే భావన) ఒక పీడ, బాధ, దుఃఖం.

ఇక ఆనందం పంచే రెండవ చరణం ప్రారంభమైనప్పుడు, అందులో "నేను"కు ప్రాధాన్యత ఉండదు. పొందే ఇతరులు ప్రధానులౌతారు. అప్పుడే ఆనందం పరిపూర్ణమౌతుంది. కేవలం లోపలికి వచ్చే శ్వాసతోగానీ, బైటికివెళ్ళే శ్వాసతోగానీ మనిషి బ్రతకలేడు. గాలి పీల్చకపోయినా మరణం తథ్యం. విడవక పోయినా మరణం

తప్పదు. ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలు రెండూ కలుస్తేనే వర్తులం పూర్తవుతుంది. శ్వాసప్రక్రియ పరిపూర్ణమౌతుంది. కాబట్టి ఈ ఆనందం ఇతరులకు పంచే సమర్థత రాకపోతే అసలది ఇంకా మనకు లభించలేదని గ్రహించండి.

మనిషి దుఃఖం వల్ల ముడుచుకుపోతాడు. దుఃఖం సంకోచాన్ని ఇస్తుంది. నిజమైన దుఃఖంలో ఓదార్చడానికి వచ్చేవారు కూడా బాధాకరంగా పరిణమిస్తారు. ఆనందంలోనేమో మనిషి విచ్చుకుంటాడు. అతడి ఆనంద సుగంధం నలుదిశలా వ్యాపిస్తుంది. అతడి జీవితం దీపంలా వెలగడం వల్ల కాంతి నలుదిశలా వ్యాపిస్తుంది ఆనందం పొటమరించిన చోట కృపణత అంతమౌతుంది.

దుఃఖితుడు లోభిగా మారతాడు. అతడు అన్ని వస్తువులను కౌగలించుకొని కూచుంటాడు, మనస్తత్వశాస్త్రవేత్తలు, లోభి దీర్ఘంగా శ్వాసకూడా తీసుకోడు అంటారు. ఎందుకంటే దీర్ఘశ్వాస తీసుకున్న వ్యక్తి, దీర్ఘంగా శ్వాస విడువవలసి కూడా వస్తుంది. లోభికి సహజంగానే మలబద్ధకం ఏర్పడుతుంది. ఎందుకంటే మనస్సు దేన్నీ విడువడానికి సిద్ధంగా లేదు. పైగా మలం బంగారు రంగుతో ఉంటుంది. కనుక మలవిసర్జన చేయడానికి మనస్సు ఇష్టపడదు. మనస్సును అనుసరించి శరీరం కూడా ప్రవర్తిస్తుంది.

కాబట్టి జీవితంలో ఆనందం ప్రవేశించినరోజు, దానగుణం అనివార్యమై పోతుంది. అయితే జల ఊటలాగా ఎంత పంచినా అంత ఊరుతూ ఉంటుంది. పైగా రోజూ పంచకపోతే జలం వాసన వచ్చినట్టుగా ఆనందం కూడా దుర్గంధ భూయిష్టమౌతుంది.

కనుక ఆనందమనే పంట కోసుకున్న నువ్వు, ఇక విత్తనాలు నాటాలి అంటుంది. "మార్గప్రదీపం" అనే గ్రంథం. సరే ఇది బాగానే ఉంది కానీ ప్రపంచంలో ముందు విత్తనాలు నాటి పంటపండినాక ఎవరైనా కోసుకోవడం కనపడుతుంది గానీ పంట కోసినాక విత్తనాలు నాటడం జరుగదు. మరి ఆవిషయం ఇక్కడ వ్యతిరేకంగా ఎందుకు చెప్పారు? నిజానికి ప్రపంచంలో మనకు కనిపించేదంతా తల్లక్రిందులు, ఆధ్యాత్మికమే సరిగ్గా ఉంది. ఆధ్యాత్మికానికి ప్రతిబింబం కనుక ఈప్రపంపంచం తల్లక్రిందులుగా ఉంది. ముందు మనం శ్వాసను లోపలికి పీలుస్తాము, తరువాతే విడుస్తాము. అలాగే ఆనందం కూడా. నీకు ఆనందం లభించనిది నీవు పంచలేవు. కానీ మరి మనకు ఆనందం ఎక్కడ నుండి లభిస్తుంది.

రైతు మొట్టమొదట భూమిని దున్ని విత్తనాలు నాటడానికి ప్రయత్నించేట ప్పుడు అతడి చేతిలో విత్తనాలు ఉండి తీరాలి. కాకపోతే అవి అతడు పండించిన పంటకు మాత్రం చెందినవై ఉండవు. అందుకే

Sow a thought, Reap an act.
Sow an act, Reap a habbit
Sow a habbit, Reap a character.

Sow a character, Reap a destiny.
Sow a destiny , and Reap meditation (Happiness).

ఆలోచన అనే విత్తనం నాటి, కర్మ అనే పటకోయి
కర్మ అనే విత్తనం నాటి, సంస్కారమనే పంటకోయి
సంస్కారమనే విత్తనం నాటి, శీలమనే పంటకోయి.
శీలమనే విత్తనం నాటి, గమ్యమనే పంటకోయి.
శూన్యమనే విత్తనం నాటి, ధ్యానం (ఆనందం) అనే పంటకోయి.
అన్నారు.

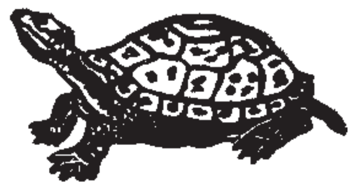
ఈ శూన్యాకాశమనే పంట పొలంలో కృష్ణుడు, బుద్ధుడు మొదలైన సిద్ధులు, యోగులు, ధ్యానమనే విత్తనాలు నాటి ఉంచారు. మనం ధ్యానంలోకి ప్రవేశించిన నాడు ఆ పంటనుండే అపరిమిత ఆనందం లభిస్తుంది. దానిని మనం కొనసాగిస్తూ ఇతరులకు పంచుతూ పోవాలి. ఇది-ఇలా ముందు ఆనందాన్ని సంపాదించు కోండి. తరువాత దాన్ని ఇతరులకు పంచవచ్చు. ధ్యానం ఒక వైజ్ఞానిక ప్రక్రియ- దానికి అస్తికత్వంతోగానీ నాస్తికత్వంతోగానీ పనిలేదు. సంపూర్ణ ఆనందాన్ని పొందదలచుకున్న వారెవరైనా సరే ధ్యాన ప్రక్రియలోకి పురోగమించాల్సిందే.

కోరికలు లేనివాణ్ణే అంతా కోరుకుంటారు, కోరికలున్న వాణ్ణి కాదు

సూచన : ధ్యానం అంటే ఏమిటో దానిలోకి ఎలా ప్రవేశించాలో శ్రీ మైత్రేయ **"నాదబ్రహ్మోపాసన" "నిష్క్రియాయోగం"** అనే గ్రంథాల నుండి తెలుసు కోండి. లేదా జయప్రసాద్ రెడ్డిని ఈ ఫోనులో పలకరించండి

ఫోన్ నెం. 9949307317





మీకేం కావాలి?

Needs can be fulfilled, But desires cannot be, Desire is a need gone mad - 'OSHO'

"చాంగ్‌టుజ్" చైనా తాత్వికులలో పేరు మోసినవాడు కానీ ఆయన చాలా సాధారణ జీవితం గడిపేవాడు. ఒకసారి ఆయన 'పు' అనే నదీ తీరంలో కూర్చుని చేపలు పడుతున్నాడు. ఇంతలో ఆయన వెనుక నుండి "చాంగ్‌టుజ్! మేము 'చు' యువరాజు పంపగా వచ్చిన దూతలం, నిన్ను ఆయన తన ప్రధాన మంత్రిగా నియమించదలిచారు". అనే మాటలు వినపడ్డాయి. చాంగ్‌టుజ్ వెనక్కు తిరిగి కూడా చూడలేదు. ఆయన దృష్టి అంతా నీళ్ళపై తేలుతున్న బెండు పుల్లపైనే ఉంది. "రాజ భవనంలో ఒక బంగారు పూజామందిరం ఉందని, అందులో రత్నాలు పొదగబడిన బంగారు చిప్పకింద ఒక తాబేలు సిల్కుగుడ్డల్లో చుట్టబడి మూడు వేల ఏండ్ల నుండి ఉందని, దాన్ని రోజూ రాజుగారే స్వయంగా పూజిస్తారని విన్నాను నిజమేనా?" అని తన వెనుక నిలబడి ఉన్నవాళ్ళను ఆయన అడిగాడు. వాళ్ళు "మీరు చెప్పింది అక్షరాలా నిజం; ఆ పవిత్రమైన తాబేలు ఎన్నో తరాలుగా కేవలం రాజవంశం వారిచేతే పూజింపబడుతోంది" అన్నారు.

ఆయన ఆ పక్కనే బురదలో పడుకొని ఆనందంగా తోక ఊపుతున్న తాబేలు నొకదాన్ని చూపించి "ఇలా బురదలో ఆనందంగా తోక ఊపుతూ నూరేళ్ళు బతకడం మంచిదంటారా లేక చచ్చి శవమై బంగారు తొడుగుల మధ్య వేల ఏండ్లు పూజింపబడటం మంచిదంటారా?" అన్నాడు. వారు 'తాబేలు విషయంలోనైతే బురదలో తోక ఊపుతూ బ్రతకడమే ఆనందమండి" అన్నారు. అప్పుడాయన "అయితే నన్ను ఈ బురదలో తోక ఊపుతూ బ్రతకనివ్వండి, రాజభవనానికి రావడానికి నేనేమీ తాబేలు కన్నా మూర్ఖుడిని కాదు" అన్నాడు.

మీకేం కావాలి? సరిఅయిన విశ్రాంతి, మనశ్శాంతి లేక, ఎప్పుడు ఎవడు కుర్చీ లాగేస్తాడో అనే భయంతో దినదినగండం నూరేళ్ళాయుష్షుగా బంగారం మధ్య బ్రతికే మంత్రి పదవికావాలా! లేక ఒక సాధారణ మానవుడిగా కంటినిండా నిద్రపోతూ హాయిగా మనశ్శాంతితో ఆనందంగా బ్రతికే బ్రతుకు కావాలా? మీరే నిర్ణయించు కోండి.

ఆనందం నిండి ఉన్న జీవితంలో బంగారం లేక పోవచ్చు కానీ ఆ జీవితమే బంగారం. మంత్రి పదవిలో మనం గౌరవింప బడవచ్చు కానీ మనశ్శాంతేది? దాని కన్నా ఆనందంగా అనామకుడిగా బ్రతకడం ఉత్తమం కాదా

ఉన్నత పదవికి ఎదిగిన వాడు సాంఘిక సంపత్తిగా మారి పోతాడు. తన ఇష్టమైనరీతిలో తనకు ఇష్టమైనవి తింటూ, తనకు ఇష్టమైన పనులుచేస్తూ, తనకు ఇష్టమైన ప్రాంతాలలో తిరుగుతూ ఆనందంగా అతణ్ణి ప్రజలు బ్రతకనివ్వరు. ప్రజల ఇష్టాయిష్టాలే ఈ వ్యక్తి జీవితాన్ని నియంత్రించడం మొదలు పెడతారు. పదవికి ప్రాధాన్యత ఇచ్చేవాడు ప్రజల మనోభావాలకు అనుగుణంగా నడవక తప్పదు. కానీ అటువంటి జీవితంలో ఆనందం లేదు. ఇవన్నీ వదులుకుంటే మీరు ఆనందంగా ఉండవచ్చు, జీవించవచ్చు. మీరేది ఎన్నుకుంటారో మీఇష్టం.

చల్ బుల్లియా చల్ ఓథే చలియే జిథ్థే వసణ సారే అన్నే!

నాకో ఈ సాదే జాత్ పఛాణేc తేన కోఈ సానూc మన్నే॥

బుల్లియా! ఎక్కడైతే మనకు ఎటువంటి గౌవరము దొరకదో, ఎక్కడైతే మన జాతి కులం గోత్రం గుర్తించబడవో అటువంటి గుడ్డివాళ్ళ గ్రామానికి వెళదాంపద.

అని తనకు తానే ఉపదేశించుకుంటున్నాడు. పంజాబ్‌లో జన్మించిన మహాత్ముడు 'బుల్లేషా'

ధ్యానం చేసేవారిలో ఒక రకమైన సుగంధం మొదలౌతుంది. వారి కండ్లలో ఒక రకమైన ఆకర్షణ, ప్రేమ, కరుణ ప్రకటమౌతాయి. ఇక వారి చుట్టూ జనం చేరడం మొదలు బెడతారు. ఇరవైనాలుగు గంటలు కాళ్ళునొక్కుతూ సేవలు చేసేవారు, పాదపూజలు చేసేవారు, ఏది కావాల్సి వచ్చినా క్షణాలమీద కొండమీది కోతిని కూడా దింపేవారు చేరతారు. అప్పుడు విశ్రాంతి కరువైన మహాత్ముడు ఇచ్చే పిలుపు ఇది.

ఒక మహాత్ముడు తాను సాధించుకు వచ్చిన దైవశక్తితో చాలామంది రోగాలు నయంచేసేవాడు. ఆయన చేతి తీర్థం త్రాగిన సంతానం లేని స్త్రీలకు మాతృత్వం సిద్ధించింది. కన్యలకు వరుడు లభించేవాడు, జీవనోపాధిలేని వారికి ఉద్యోగం లభించింది. క్రమక్రమంగా, ఆయన ఖ్యాతి నలుదిశలా వ్యాపించడం మొదలు బెట్టింది.

ఒకసారి ఆయన చరణాలవద్ద కూర్చున్న భక్తుడొకడికి ఆయన తలలోనుండి వెంట్రుక ఒకటి రాలిపడటం కనిపించింది. దానిని వాడు జాగ్రత్తగా తీసి దాచిపెట్టుకున్నాడు. ఆరోజునుండి వాడి జీవితం మారిపోయింది. దీర్ఘరోగంతో బాధపడుతున్నవాడి భార్యలేచి తిరగడం మొదలు పెట్టింది. వాడి పొలం ఆ సంవత్సరం విరగపడింది. ఎదిగిన బిడ్డ పెండ్లి చేయగలిగాడు, కొడుకుకు వ్యాపారం పెట్టిఇచ్చాడు. ఉన్నవాడు ఊరుకోక ఇకవాడు ఈ విషయం ప్రచారం చేయడం మొదలు పెట్టాడు ఒకరోజు నిండుసభలో ఆవ్యక్తి ఈ విషయం చెప్పేసరికి జనమంతా విరగబడి ఆ మహాత్ముడి తలమీద జుట్టు, మీసాలు పెరుక్కుని పోయారు.

మీరే నిర్ణయించుకోండి! అనామకుడిగా హాయిగా ఉండదలుచుకున్నారా లేక ప్రఖ్యాతులై గడ్డం, మీసాలు, తలవెంట్రుకలు పోగొట్టుకోదలచుకున్నారా?

రష్యాలో లెనిన్ కన్నాముందు ప్రధాని పదవిలో ఉన్న 'కరెన్‌స్కీ' పదవిలో ఉండగా ఊపిరి మెసలని పనులతోనూ, చుట్టూ చేరే జనంతోనూ ఉక్కిరిబిక్కిరయ్యి ఎప్పుడు ఇవన్నీ వదిలిపోయి విశ్రమిస్తానా అనుకునేవాడట. ఆ తరువాత ఆయన పదవిలో నుండి దిగిపోయిన తరువాత, ఎవరూ నన్ను గుర్తించడం లేదే నాదగ్గరికి ఎవరూ రావడం లేదే అని బాధపడేవాడట.

పదవిలో ఉంటే అహంకార పుష్టి ఉంటుంది. అందువల్ల క్షణికమైన తృప్తి ఉంటుంది. అనామకత్వంలో మాత్రం ఆనందం ఉంటుంది. ఈ రెండూ ఒకేసారి దొరకడం అసంభవం. ఎన్నిక మీవంతు.

నాణెంకన్నా వస్తువు, వస్తువుకన్నా వ్యక్తి, వ్యక్తికన్నా వివేకం, వివేకం కన్నా సత్యం ఎంతో విలువైనవి.



నీకెందుకు?

Great men discuss ideals; Average men discuss events; And less than average men discuss personalities' - Andre Maurios

'గొప్పవారు ఆశయాలను గూర్చి చర్చిస్తారు, సగటు మనుష్యులు సంఘటనలను గూర్చి చర్చిస్తారు. అధములు వ్యక్తులను గూర్చి చర్చిస్తారు.

శ్రీ స్వామి తిలక్ ఒక కథ చెబుతారు. ఒక మానవ శరీర ధర్మశాస్త్రజ్ఞుడు (Anthropologist) ఒక అర్ధ శాస్త్రవేత్త (Economist) ఒక ప్రకృతి అధ్యయన కారుడు (Ecologist) ముగ్గురూ అర్ధశాస్త్రజ్ఞుడి ఇంట కూర్చుని జనాభా పెరుగుదల సమస్యను గూర్చి చర్చిస్తున్నారు.

"ఇలాగే గనుక జనాభా పెరుగుతూ పోతే మనకు అటూఇటూ తిరగడానికి కూడా స్థలం లభించదు" అన్నాడు మానవ శరీర ధర్మ శాస్త్రజ్ఞుడు (Anthropologist)

"అంతేకాదు మనకు తినడానికి కూడా ఏమీ మిగలదు" అన్నాడు అర్ధశాస్త్రజ్ఞుడు (Economist)

"సరే మనం బ్రతికి ఉంటేగదా ఈ సమస్యలు- జనాభా పెరుగుదల ఎంత కాలుష్యానికి దారి తీస్తుందంటే అసలు మనం బ్రతికే ఉండము" అన్నాడు ప్రకృతి అధ్యయనకారుడు (Ecologist)

ఇంతలో వారికి ఒక పొలికేక వినిపించింది. వారంతా ఏం జరిగిందో చూడటానికి పెరడులోకి వెళ్ళారు.

అక్కడ ఒక చిన్న మొక్క ముందు అర్ధశాస్త్రజ్ఞుడి కొడుకు దిగులుగా ఏడుస్తూ కూర్చుని ఉన్నాడు.

"ఏడుపెందుకురా? అని అడిగాడు వాణ్ణి తండ్రి.

"కొద్ది రోజులుగా నేను ఈ మొక్కను చూస్తున్నాను. ఇది క్రమ క్రమంగా

పెరుగుతోంది. ఇది ఇలాగే పెరుగుతూ పోతే పాపం చివరికి నక్షత్రాలకు చోటే మిగలదు" అన్నాడు వాడు.

ముగ్గురు మేధావులు పకపకా నవ్వడం మొదలుబెట్టారు.

కానీ వాళ్ళు తన మూర్ఖత్వాన్ని చూచి నవ్వుతున్నారో లేక వాళ్ళ మూర్ఖత్వానికే నవ్వుతున్నారో పిల్లవాడికి అర్ధం కాలేదు.

ఇలా సాగుతాయి ప్రజల ఆలోచనలు. కడుపులో చల్ల కదలకుండా కూర్చోలేక తగుదునమ్మా అని అన్నింటిలో తలదూర్చి, లేని దుఃఖాన్ని కొని తెచ్చుకుంటారు. తాను లేకపోతే ఈ ప్రపంచమే స్థంభించి పోతుందనుకుంటారు. ప్రపంచ కాంట్రాక్టంతా స్వయంగా చేబడదామని ప్రయత్నిస్తాడు. ఎవరై పట్టించు కోకపోతే అధర్మాన్ని ఎదుర్కొనే దెవరంటారు.

నిజంగా మీకు ఆనందంగా జీవించాలని ఉంటే, ఇతరుల మీకిది లేదా బైటి రాజకీయ, సాంఘిక, ఆర్థిక వాతావరణ పరిస్థితుల మీదికి మీ దృష్టి వెళ్ళినప్పుడు "నీ కెందుకు?" అని మీ మనస్సును ప్రశ్నించుకోండి. మొత్తం ప్రపంచం బాధ్యతను నీ కెవరైనా వప్ప చెప్పారా? అలా అంటే ఇతరులు బాధల్లో ఉన్నప్పుడు వారి మీదికి దృష్టి సారించడం తప్పు అని ఇక్కడ నేను చెప్పడం లేదు. ఎవరైనా బాధలలో ఉండి మమ్మల్ని సహాయం అర్ధించినప్పుడు-ఆ సహాయం చేయగల శక్తి సామర్థ్యాలు మీకుంటే తప్పక సహాయం చేయండి. కానీ అనవసరంగా మీ అంతట మీరు ఇంకొకరి విషయంలో జోక్యం చేసుకోకండి.

సరళతలో ఆనందం ఉంది-సరళత (Simplicity) అంటే నీవు నీవుగా నిలిచి పోవడం. కుతూహలం (curiosity) అనేది మనిషిని అలా ఉండ నివ్వదు. పిల్లలలో దీని బీజం కనిపిస్తుంది. వాళ్ళు వరసగా ప్రశ్నలడుగుతూ పోతారు. ఒక ప్రశ్నకు జవాబు చెప్పేసరికి మరొక ప్రశ్నను సిద్ధంగా ఉంచుతారు. అసలా జవాబును వారు వినసే వినరు. జవాబు చెబుతున్నప్పుడు క్రొత్తగా అడగవల్సిన ప్రశ్న గురించి ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. వారికి ప్రశ్నలడగడంలోనే ఆనందం ఉంది. జవాబు వినడంలో కాదు. ఈ జాడ్యమే పెరిగి పెద్దదై పెద్దలను పట్టుకుంటుంది. "నమస్కారమండి! బాగున్నారా? అనేది వారి మొదటి ప్రశ్న-ఇక ఆ ప్రశ్నల పరంపర సాగిపోతుంది. దానికి అంతం లేదు. వాడు ఇంట్లో ఏమీ తోచక ఇలా వచ్చాడు. తన బోర్‌ను భరించలేక మిమ్మల్ని ప్రశ్నించాడు గాని నిజానికి వాడికి మీ విషయంలో ఎటువంటి అభిరుచి, ఉత్సాహం లేదు.

ప్రజలు ప్రశ్నలు గురించే ఎక్కువగా ఆలోచిస్తారు. సమాధానాల గురించి కాదు. ప్రశ్నల గురించి ఆలోచించడం వల్ల ఎన్నిరకాలుగా ప్రజలను ప్రశ్నలు వేయ వచ్చో అర్థమౌతుంది. వాటితో ఇతరులను తికమక పెట్టవచ్చు. వారు వాటికి జవాబు చెప్పలేక పోయినప్పుడు వారి కన్నా మన ఆధిక్యత నిరూపించబడుతుంది. ఆ రకంగా మన అహంకారానికి పుష్టి లభిస్తుంది. లేదా కొందరు ఇతరుల గుట్టుమట్లు, లోపాలు,

బలహీనతలు తెలుసుకోవడం కొరకు (వకీళ్ళు ఈ జాతికి చెందినవారే) అనేక రకాల తికమక ప్రశ్నలు గుప్పిస్తుంటారు. ఆ ప్రశ్నల గడబిడలో వారి నుండి లాగి తెలుసుకున్న వారి బలహీనతలను ఆ తరువాత లోకమంతా ప్రచారం చేస్తారు. లేదా తిరిగి వారితో మాట్లాడేటప్పుడు బాణాలలాంటి మాటల మధ్య వారి గుట్టు మట్లను నింపి వారిపైనే ప్రయోగించి వారు విలవిల లాడుతుంటే వీరు ఆనందిస్తారు. నిజమే ఇలా ఎప్పుడూ ఇతరుల మీద దృష్టిపెడితే, వారి రహస్యాలు తెలిసి ఆ తరువాత వారిని బాధ పెట్టడం ద్వారా రాక్షసానందం పొందవచ్చు. కానీ అదే పరిస్థితి నీ కెదురవుతే? సమాజంలో ఈరోజు అంతా ఇతరుల మీద C.I.D లుగా పనిచేయడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. కనుకనే అందరూ దుఃఖంలో కూరుకు పోతు న్నారు. ఎవరి దృష్టి వారిపైన నిలిచిననాడు ఇక ఆనందమే.

జీవితం అన్వేషణగా మారినప్పుడు వ్యక్తి ఆనందాన్ని పొందగలడు. కానీ కుతూహలంగా మారినప్పుడు కాదు. అన్వేషణ స్థానంలో కుతూహలం వచ్చి చేరినవాడు వారిజ్ఞానానికి జీవితానికి మధ్య అగాధం ఏర్పడుతుంది. కాలేజీలో ప్రొఫెసర్లను చూసినప్పుడు ఈ విషయం మీకు బాగా అర్థమౌతుంది. మెడికల్ కాలేజీలో అనర్గళంగా రోగాలను గూర్చి మందులను గూర్చి ఉపన్యసించగల ప్రొఫెసర్‌లకు చాలామందికి అసలు వైద్యం చేయడం చాతకాక పోవడం కనిపిస్తుంది. శంకరాద్వైతం గురించి మూడునాలుగు గంటలు తడుముకోకుండా మాట్లాడగల ఫిలాసఫీ లెక్చరర్ స్వంత ఇంట్లో పెండ్లాంతో పోట్లాడుతూ, బైటవారిని వీరిని తిడుతూ కనిపిస్తాడు. వారు ఎరిగినదాన్ని జీవించలేరు. (జీవితంలో పెట్టలేరు) అందుకు ఒక్కటే కారణం అది కుతూహలంనుండి జన్మించిన, కేవలం కూడు బెట్టగల జ్ఞానమే గాని జీవితానికి ఉపయోగపడేది కాదు.

వరంగల్ జిల్లా నుండి నాకొక వ్యక్తి ఉత్తరం వ్రాశాడు. చనిపోయిన తరువాత జీవి ఏమౌతాడో చెప్పమంటు, ఇంకా బ్రతికే ఉన్న ఆ పెద్దమనిషి బ్రతికుండగా నేనేం చేయాలి. అనే ప్రశ్న వేసుంటే ఎంత బాగుండేది! అందుకే ఆయన మీద కూడా "నీకెందుకు?" అనే మహామంత్ర ప్రయోగం చేశాను. శ్రీకాకుళం జిల్లాలో ఉపన్యాసానికి వెళితే అక్కడ ఉపన్యాసం ఏర్పాటు చేసిన కార్యకర్త "దక్షిణామ్నాయ శృంగేరీ పీఠాధిపతులు వచ్చినప్పుడు పూజలో కొబ్బరికాయ కొట్టిన తరువాత పీచు (పిలకలాగామిగిలి ఉన్నది) తీసి నైవేద్యం పెట్టాలని చెప్పారు. చిన్న జియ్యరు స్వామి వారు వచ్చినప్పుడు పీచుతీస్తే నైవేద్యానికి పనికిరాదన్నారు. మరి మీరేమంటారు? అంటూ ప్రశ్నించాడు. నేను నవ్వుతూ "పగలగొట్టిన కొబ్బరికాయను శుభ్రంగా తినేసెయ్యాలి లేదా పచ్చడి చేసుకోవాలి" అన్నాను. (అందుకే ఆయనకు నా ఉపన్యాసం నచ్చలేదనుకోండి) ఇలా ఉంటాయి కుతూహలం నుండి పుట్టుకొచ్చే చొప్పదంటు ప్రశ్నలు. అందుకే సత్సంగాల పేరుతో ఉపన్యాసాలు వింటూ జీవితాలు గడిచి పోతాయి గానీ వారి జీవితాల్లో ఏ మార్పు ఉండదు.

కుతూహలం అనేది కేవలం మనుషులకే చెందిన ఒక వింతజబ్బు. ఒకచోట పరదా నొకదానిన అడ్డంగా కట్టి దానికి ఒక రంధ్రంచేసి "ఈరంధ్రంలో నుండి చూడకండి" అని బోర్డు వ్రాసి పెట్టండి. వచ్చేపోయే ప్రతి వ్యక్తి అందులో నుండి తొంగి చూడకుండా వెళ్ళలేడు బాత్‌రూమ్‌లో నగ్నంగా స్నానం చేస్తున్న స్త్రీలను, మైథునంలో పాల్గొంటున్న దంపతులను చాటునుండి చూసేవారిని మనస్తత్త్వవేత్తలు "వోయర్స్" (Voyars) అంటారు. ఇలా చూసే మానసిక రుగ్మత కేవలం మొగవాళ్ళలోనే ఉంటుందంటారు వారు. కానీ ఒకరి వ్యక్తిగత జీవితాలలోకి తమకు అవసరం లేకున్నా ముక్కు దూర్చే మనస్తత్వం ఆడా,మగా అందరిలోనూ కనిపిస్తుంది. ముఖ్యంగా భారతీయ స్త్రీలలో చాలామంది ఉద్యోగాలు గానీ, వ్యాపకాలు గానీ లేని గృహిణులు (House Wives) మొగవాళ్ళను ఆఫీసులకు, షాపులకు పంపించి ఇంటి పనులు ముగించుకుని పక్క ఇండ్లలోనో, అరుగుల మీదో చేరి, ఇతరుల గురించి మాట్లాడుకోవడం మొదలు పెడతారు. ఇది వారికొక మనోరంజన కార్యక్రమంగాను, కాలక్షేపంగాను పనికి వస్తుంది. కానీ దీనివల్ల ఇతరుల పైన ఎన్ని దుష్ప్రచారాలు, అబద్ధాలు ప్రచారమౌతాయో వారికి తెలియదు.

Some people will believe anything if it is whispered to them- విషయం ఏదైనా సరే చెవిలో గుసగుసలాడితే చాలు కొందరు వెంటనే నమ్మేస్తారు" అంటాడు మరివాక్స్ (P.D. Mari Vaux) కాబట్టి రహస్యం పేరుతో ఏ అబద్ధాన్నయినా సులభంగా ప్రచారం చేయవచ్చుఈ ప్రపంచంలో. కానీ అసలు ఇలా వారు ప్రచారం చేయడానికి కారణం ఏమిటి?

People who want to cover up their own flaws look for weak points in others

"తమలో ఉన్న లోపాలు కప్పి పుచ్చుకోవడానికి ప్రజలు ఇంకొకరిలోని బలహీన తలు వెతుకుతారు" అంటాడు హేయింగ్ కాస్పర్స్ (Heing Caspers)

తాము గొప్పవాళ్ళ మనుకుంటూ తాము చేసే పనులన్నీ కూడా ఉన్నతమైన వేనని భావించేవారిని మనస్తత్త్వవేత్తలు "జాండీస్ కాంప్లెక్స్"కు లోనైనవారుగా పేర్కొంటారు. వీరే అకారణంగా ఇతరులమీద ఈర్ష్యా ద్వేషాలను ప్రకటిస్తూ ఉంటారు. వీరే మళ్ళీ ఇతరులు తమకన్నా ఉన్నత స్థానంలో ఉన్నారని బాధపడి పోతూ తాము వారిస్థాయికి ఎదగడం సాధ్యంకాదు అని భావించినప్పుడు ఎలాగోలాగ వారిని కిందికి దిగజార్చ ప్రయత్నిస్తారు. అంతేకాదు తమకున్న శక్తి సామర్థ్యాలు కూడా ఇతరులకు లేవని, ఇవన్నీ ఇతరులు కొల్లగొడతారని అనుకుంటారు. ఇతరులు మెరుగైన స్థితిలో ఉన్నారని గ్రహించగానే ఆగ్రహంతో, నిస్సహాయతతో మండి పడతారు. ఏమీ చేయలేక నిశ్శబ్దంగా ఏవేవో ఊహించుకుని, తామువారిలాగ దుర్మా ర్గాలు చేయమని ప్రచారం చేస్తారు. అందుకే "జంతువులు ఎంతమంచి స్నేహితులు! అవి ప్రశ్నలడిగి బాధించవు, విమర్శ చేసి నొప్పించవు" అంటాడు జార్జ్ ఇలియట్.

కాబట్టి గుర్తుంచుకోండి మీరు ఆనందంగా ఉండదలుస్తే అలా దృష్టి ఇతరులపైకి వెళ్ళినప్పుడు "నీకెందుకు?" అని ప్రశ్నించుకోండి. అప్పుడు దృష్టి వారి నుండి వెనక్కు మళ్ళుతుంది. ఈ మనస్సుస్వభావం ఏమిటంటే ఎవరో ఒకరిని నిరంతరం విశ్లేషిస్తూ ఉండటమే. "నీకెందుకు?" అనే మహా మంత్రంతో దీన్ని వెనక్కు తీసుకు వచ్చినప్పుడు అది మిమ్మల్నే విశ్లేషిస్తుంది. ఈ విధంగా అంతర్దృష్టి కల్గిన వారికి వారి లోపాలేమిటో స్పష్టంగా కనిపించడం మొదలు బెడతాయి. కనిపిస్తూ ఉండగా ఎవరూ తప్పులు చేయలేరు; కనుక ఈస్వవిశ్లేషణా విధానంలో ఆనందం మీదవుతుంది.

నేనొక చోట ఉపన్యాసంలో "నీకెందుకు?" మంత్రం గురించి మాట్లాడు తుంటే ఒక వ్యక్తి లేచి "అయితే ఎవరన్నా వ్యక్తి నీళ్ళలో మునిగి పోతుంటే చూస్తూ ఊరుకోవాలా, అయ్యో! అనడంకూడా తప్పేనా?" అన్నాడు. నేను "నువ్వు అయ్యో అనడం వల్ల నీళ్ళలో మునిగేవాడు బైటికి వస్తాడా? రానప్పుడు నువ్వు అయ్యో అనడంవల్ల ఉపయోగం ఏమిటి? అని అడిగాను. మీకు చాతనయితే అంటే మీకు ఈతవస్తే తప్పక అతడిని రక్షించాలి. అలాకాక కేవలం జాలితో ఈ ప్రయత్నం చేస్తే నువ్వే మునుగుతావు. ఇక్కడ ఇంకొక విచిత్రం కూడా ఉంది. ఈత కొట్టడం రావడం వేరు, మునిగేవాణ్ణి రక్షించే విధానం రావడం వేరు. ఎంత ఈత వచ్చిన వాడైనా సరే మునిగేవాడి దెగ్గరిగా వెళితే వాడు చచ్చిపోతానేమో అనే భయంతో దెగ్గరిగా ఈదుకుంటూ వచ్చినవాడి కంఠాన్ని గట్టిగా వాటేసుకుంటాడు. దానితో ఆ ఇద్దరూ మునుగుతారు. అటువంటి పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు అతడిని గడ్డం క్రింద గుద్ది మూర్చ పోగొట్టాలి. గట్టిగా కౌగలించు కుంటే రెండు చేతులు ఉపయోగించి బలంగా ఆ కౌగిలి నుండి బైటపడాలి, తరువాత వెల్లికలా నీటిపై పడుకుని మూర్ఛితు డైన ఆవ్యక్తి తలను ఇతడు తన పొట్టమీద ఉంచుకొని జాగ్రత్తగా ఈదుకుంటూ తీరం చేరాలి. కాబట్టి మునిగే వ్యక్తిని రక్షించడానికి జాలితోపాటు ఈత కొట్టగల, వ్యక్తిని రక్షించగల జ్ఞానం కూడా కావాలి. అలాగే ఈ ప్రపంచం అనే నది విషయం కూడా. ముందు మీరు నదిని దాటగల సామర్థ్యాన్ని సంపాదించుకోండి. తరువాత లోకసేవ చేయాలనే కోరిక ఇంకా మిలిగి ఉంటే, దాని విధి విధానాన్ని తెలుసుకోండి. ఆ తరువాత గాని నడుము బిగించి ముందుకు దూకగూడదు. ఇవేవీ లేకుంటే "నీ కెందుకు?" అనే మహామంత్రమే శరణ్యం. లేదా కష్టాలలో ఉన్న ప్రజలను, ఈతి బాధలలో మునిగి ఉన్న జనాన్ని చూసి ఏడుస్తూ కూర్చోవాల్సి వస్తుంది. దాని వల్ల వారికి ఏ ఉపయోగమూ లేకపోగా నువ్వుకూడా ఆనందంగా జీవించలేవు.

ఇది ఎలాగున్నదంటే ఒక వ్యక్తి ఇంకా M.B.B.S రెండవ సంవత్సరం చదు వుతూ ఉండగా పక్క గ్రామంలో కలరా వ్యాపిస్తోందని తెలిసి వైద్యసహాయానికి పరుగెత్తాడట. మందులలో మన వాడికి ఉన్న అల్పజ్ఞానం కారణంగా ప్రకృతి చేస్తున్న జనాభా నియంత్రణ కార్యక్రమంలో బహుబాగా సహాయం చేయగలిగాడట.

ఆ మహానుభావుడి లోక సేవాదురంధరతతో బాటుగా, స్వసేవా వాంఛ కూడా పెరిగి ఉంటే లోకం రక్షించబడేది.

కాబట్టి మీ కండ్ల ముందు మీకు బాధ కలిగించే పరిస్థితులు కనిపించినా సరే, మీకు వాటిని ఎదుర్కొనే సామర్థ్యం రానంత వరకు "నీ కెందుకు?" అనే ప్రశ్నను ఆశ్రయించి ఆనందం పొందండి.

"నీ కెందుకు?" మహామంత్ర విశ్లేషణలో మరొక్క విషయం చెప్పవలసి ఉంది. అదే **"సలహాలివ్వడం, నచ్చ చెప్పడం, ఉపదేశించడం"** మానండి. **"సలహా ఆముదం లాంటిది ఇవ్వడం సులభం, పుచ్చుకోవడం ప్రాణాంతకం"** అని ఒక ఆంగ్ల సామెత ఉంది. ఇదొక విచిత్రమైన ప్రపంచం. పూర్వం నుండి మనకందు తున్న ఉచిత సలహాలున్నాయి కొన్ని ఇక్కడ. అసత్యం చెప్పవద్దు అనేది అందులో ఒకటి. ఈ ఉపదేశం లేదా సలహా వేదకాలం నుండీ ఇవ్వబడుతూనే ఉంది కానీ ఎవరూ పాటిస్తూ కనపడరు. పాటించాడు అని ఉదాహరణగా ఇచ్చేది ఒక్క హరిశ్చంద్రుడి కథ మాత్రమే (ఇదికూడా సత్యం చబుతే ఎన్ని అవస్థల పాలవుతావో చూడు అని చెప్పడం కొరకు గామోసు!) శృతి పరంపరలో భద్రంగా ఈ సలహా మా తాతచేత మా తండ్రికి అందివ్వబడింది. అది ఆయన ఏనాడూ పాటించలేదు... కనుక దాన్ని ఏం చేయాలో అర్థం కాక మళ్ళీ భద్రంగా నాకు వప్పచెప్పాడు. నేను కూడాదాన్ని అట్టమీద వ్రాసి పెట్టాననుకోండి. తప్పకుండా నా కుమారుడికి ఇది అందించ బడుతుంది.

అసలు తనకు సలహా చెప్పే అవకాశం ఎప్పుడొస్తుందా అని ప్రతివాడూ ఎదురు చూస్తుంటాడు. ఏడుపు మొహం పెట్టుకొని బజారులో వెళుతూ ఎవడన్నా కాస్త తెలిసిన వాడు కనబడ్డాడనుకోండి. వాణ్ణి వెంటనే అక్కడ ఆపేసి ఒక గంటపాటు దుఃఖం నుండి బైటపడే మార్గం ఉపదేశిస్తాడు. (అదే వ్యక్తి ఇంతకన్నా సుఖప్రదంగా ఉన్నప్పుడు కూడా ఏడుస్తాడనుకోండి). ఇక వాడు ఉన్న కష్టాలు చాలక ఈ బోడి సలహా లొకటి అని తిట్టుకుంటూ వెళ్ళిపోతాడు. లేదా ఇంకా కొందరు నీ కష్టం కూడా ఒక కష్టమేనా? నేను నీ వయసులో ఉండగా ఇంతకన్నా ఎక్కువే కష్టపడ్డాను అంటాడు (ఎవడు చూడవచ్చాడు లెండి ఆనాటిమాట) కనుక అన్నిటికీ ఏదో తామే ప్రమాణమైనట్లుగా మాట్లాడతారు కొందరు. ఈ అహంకారం చాలా చిత్రమైంది. తనకున్న ఆస్తిపాస్తులనే కాదు, తాను పొందిన సుఖాలనే కాదు, తాను పడ్డ కష్టాలను, దుఃఖాలను కూడా వ్యక్తి గర్వంగా చెప్పుకుంటాడు. ఇందులో కూడా తక్కినవాళ్ళ కన్నా తానే ఘనుడంటాడు.

The Most Valuable of all talents is that of never using two words when one will do.

ఒక్కపదం అవసరమైనచోట రెండు వాడకుండా ఉండటమే, గొప్ప విలువైన లక్షణమంటాడు. థామస్ జఫర్సన్ (Thomas Jefferson).

కాబట్టి అడగంది ఎవరికీ ఏదీ చెప్పకండి. అడిగారు కదా అని తెలియని విషయంలో సలహా ఇవ్వ ప్రయత్నించకండి. తెలిసిన విషయాన్నయినా అవసర మైనన్ని మాటలలోనే వివరించండి గాని అనవసరంగా వాగబోకండి. ఒకవేళ మీకు తెలిసిన విషయాన్ని నలుగురు చర్చిస్తూ ఉంటే (వాళ్ళు చర్చలో తప్పుదారి పట్టినట్లుగా కనిపించినా సరే) పిలవని పేరంటంగా వెళ్ళి అందులో పాల్గొనకండి. అలవాటు చొప్పున ఏమన్నా చెబుదామని నోటిదాకా వచ్చినా సరే "నీకెందుకు?" అని మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోవడం ద్వారా ఆగిపోండి. ముక్కు తుడుచుకోవడం కూడా సరిగ్గా రాని వెధవ, ముఖ్యమైన విషయాలలో తగుదునమ్మా అని తలదూర్చి సలహాలిస్తుంటే వెగటు పుట్టి ఉన్న ఈ జనం-విలువైన మాటలు కూడా తిరస్కరించి ఆ జ్ఞానిని అవమానించగలరు. తప్పువారిది కాదు-ప్రస్తుత సాంఘిక పరిస్థితి ఇలా ఉంది. కనుక అడగంది చెప్పనినాడు మీరు అవమానాల పాలు కాకుండా ఆనందంగా ఉండగలరు.

"అప్రియస్యతు పథ్యస్య వక్తా శ్రోతాచ దుర్లభః"

ఇష్టంలేనిదైనా హితం కలిగించేమాట చెప్పేవాడు దొరకడం కష్టం. చెప్పినా ఆ మాట వినేవాడు దొరకడం మరింత దుర్లభం అంటోంది ఆర్యోక్తి.

"భార్యాభర్తల తగాదా లాలూచీ కుస్తీ" అంటారు పుచ్చా పూర్ణానందంగారు. ఈ ప్రపంచమే అటువంటిది.

కాబట్టి మధ్యలో **"నీకెందుకు?"**

స్వాత్మ నిర్మాణంలోనే సమాజ నిర్మాణం నిహితమై ఉంది



తర్కాతీతం

> If we were logical, the future would be bleak indeed, But we are more than logical
>
> - Jacques Cousteav

సౌదీ అరబ్‌లో కొత్తగా రైలు మార్గాలు వేసిన రోజులవి. మొదటి సారిగా ఒక పల్లెటూరి రైతు ఒక రైలెక్కాడు. ఆ రైలు క్రమంలో ఏడు గుహల (Tunnels) గుండావెళ్ళింది. ఆ రైతుతోటి ప్రయాణికుడితో "నేను నా గాడిద మీద ప్రయాణిస్తే మా ఊరికి ఒక్క రోజులో చేరుకోగలను, నా గాడిద కన్నావేగంగా ప్రయాణిస్తున్నట్టు కనిపిస్తున్న ఈ రైలుమాత్రం ఏడు సార్లు సూర్యుడు ఉదయించి అస్తమించినా ఇంకా మా ఊరు చేరలేదు" అన్నాడు.

జీవితం తర్కానికి అందదు. తర్కం యొక్క పరిధి చాలా స్థిమితం, జీవితం యొక్క విరాట్ స్వరూపం అందులో సమాహితం కాదు. తర్కం అన్ని అర్థం అయినట్లుగా నమ్మించగలదు; కానీ అనుభవానికి అందే వాటిలో చాలా విషయాలు తర్కానికి అందవు. అనుభూతి, కవిత్వం ఒక జంటయితే, గణితము, తర్కము ఒక జంట. ఒక్క మనిషి పదిరోజులలో చేయగల పనికి పదిమందిని వినియోగిస్తే, పని ఎన్ని రోజులలో పూర్తవుతుంది? అనే ప్రశ్నకు ఒక్క రోజులో అని జవాబు వస్తుంది. ఇక్కడ గణితం, తర్కం రెండూ సరిపోయాయి. కానీ ఒక తల్లి ఒక పిల్లవాణ్ణి కనడానికి తొమ్మిదినెలలు సమయం తీసుకుంటే, తొమ్మిది మంది తల్లులు ఒక్క పిల్లవాణ్ణి కనడానికి ఎంతకాలం పడుతుంది? అనే ప్రశ్నకు గణితంలో ఒక నెల అని జవాబు వస్తుంది. కానీ తార్కికంగా నిరూపించబడ్డా కూడా సత్య దూరమైన విషయం. జీవితము అంతే; మీ తర్కాన్ని జీవితానికి అనుగుణింగా మార్చు కోవలసిందే కాని మీ తర్కాన్ని అనుసరించి జీవితం మారదు.

తర్కాన్ని అనుసరించి జీవితాన్ని మార్చుకుందామనుకునే వారికి దుఃఖం తప్పదు. ఈరోజు పాయసం త్రాగడం వల్ల నాకు ఆనందం లభిస్తే జీవితాంతం రోజూ పాయసం త్రాగుతూ ఆనందంగా బ్రతుకుతాను అనడం తార్కికమైనప్పటికి కూడా ఇది అసాధ్యమైన విషయం; అలా చేశారా దుఃఖం తప్పదు.

తర్కం ఇంత వరకు ఎవరినీ మార్చలేదు. కాకపోతే అది మనస్సుకు క్షణకాలం సాత్వనను చేకూరుస్తుంది. కానీ తర్కంతో బాటుగా మారుతూ పోయారంటే దుఃఖం తప్పదు. ఈరోజు నాస్తికులు ఇచ్చే తర్కం మీ మనస్సుకు నచ్చవచ్చు. రేపు అస్తికుడు ఇచ్చే తర్కం మీ మనస్సుకు నచ్చవచ్చు. తార్కికంగా ఆలోచించే నీకు ఈ రోజు సైన్సు నచ్చవచ్చు. రేపు భావోద్రేకాలు రేగితే కళలు నీకు నచ్చవచ్చు. తర్కం వ్యభిచారిణి లాంటిది. ఈరోజు ఒక విషయం వెంట రేపు మరొక విషయం వెంట వెళుతుంది. స్థిరంగా నీ వెంట ఉండే భార్యతో ఆనందంగా ఉండగలవు గానీ, ఏ క్షణానైనా సరే మనుషులను పాత చొక్కాల లాగా మార్చే వ్యభిచారిణితో కాదు.

ఒకసారి ఒక గణితజ్ఞుడు చేసిన ఒక చిన్ననేరం కారణంగా జైలు పాలయ్యాడు. ఆరు నెలలు జైలు జీవితం గడిపి ఇంటికి తిరిగి వచ్చిన అతణ్ణి, స్నేహితులు అక్కడి జీవితం ఎలా ఉంది అని అడిగారు. దానికాయన "అంతా బాగానే ఉంది కానీ జైలుగదిలో ఒకమూల మాత్రం సరిగ్గా 90 డిగ్రీలలో లేదు. అదొక్కటే ఇప్పటికీ నా మనస్సులో మెదులుతోంది" అన్నాడట. తర్కంలోనూ, గణితంలోనూ పడ్డవారు అసలు నిజ జీవితం నుండి దూరమౌతారు. చెట్లు, చేమలు, మనుషులు, జంతువులు, ప్రకృతి స్థానంలో వారికి భాష, తర్కం, అంకెలు, కోణాలు కనిపించడం మొదలెడతాయి. ఎప్పుడైనా ఒక ఐదు నిమిషాలు ఆ వింత ప్రపంచంలో నుండి బైటికి వచ్చి జీవితాన్ని ఎదుర్కోవలసి వస్తే ఇక ఆత్మహత్యే వారికిగతి. ఒక కెమిస్టుకు భార్య రసాయన సముదాయంగాను, బయాలజిస్టుకు జీవాణు సముదాయంగాను, భౌతిక వాదికి పదార్థంగానూ కనిపిస్తుంది. ఇక వారు సంసారం చేసేదెలా, ప్రేమ లేని వారి జీవితాలలో ఆనందం ఎక్కడిది?

ఒక వ్యక్తి డాక్టరు దగ్గరికి వచ్చి, జబ్బుగా ఉన్న తన భార్యను చూడటానికి ఇంటికి రమ్మన్నాడు. ఇది వైద్యం చేసినా నయంకాని జబ్బు అని గ్రహించి డాక్టరేమో రానన్నాడు. అప్పుడా వ్యక్తి "మీరు మా ఆవిడ జబ్బు నయంచేసినా సరే, ఆవిడను చంపినా సరే నేను మీ బిల్లుఇచ్చేస్తాను" అన్నాడు. అందుకు ఆ డాక్టరు సంతోషించి వైద్యం చేస్తాను" అన్నాడు. అందుకు ఆ డాక్టరు సంతోషించి వైద్యం మొదలుపెట్టాడు. కానీ ఆవిడ వారం రోజులలో చనిపోయింది. ఆ వ్యక్తిడబ్బు ఇవ్వడానికి నిరాకరించగా ఆ డాక్టరు అతడిపై కోర్టులో కేసుపెట్టాడు. వకీలు డాక్టర్‌ను "అతను నువ్వు తన భార్య జబ్బు నయం చేసినా సరే లేదా చంపినాసరే డబ్బు ఇస్తానన్నాడని చెబుతున్నాడు, మరి నువ్వు ఆయన భార్య "జబ్బునయం చేయగలిగావా?" అన్నాడు. ఆ డాక్టరు "లేదండి నేను నయం చేయలేకపోయాను" అన్నాడు.వకీలు "మరి ఆవిడను చంపావా?" అన్నాడు. డాక్టరు ఉలిక్కిపడిలేదండి "ఆవిడనునేను చంపలేదు" అన్నాడు. వకీలు జడ్జివైపు తిరిగి "మైలార్డ్! ఏ రెండు రకాలుగానయితే తన బిల్లును పొందగలడో ఆరెండు రకాలుగానూ తన పని పూర్తిచేయనందున ఆయనకు తన బిల్లు పొందే అర్హత లేదన్న విషయాన్ని కోర్టువారు గుర్తించవలసిందిగా కోరుతున్నాను" అన్నాడు.

తర్కంతో ఏదైనా నిరూపించవచ్చు కానీ అది సత్యం మాత్రం కానేరదు; అందువల్ల శాశ్వతానందమూ లభించదు.

జీవితం తర్కంకాదని, అది ఒక కవిత్వమని తెలియజెప్పేవిధానాన్ని మర్మవాదం (mysticism) అంటారు. జీవితం అజ్ఞేయమని దీనిని ఎవడూ తెలుసుకోలేడని, కేవలం ఇది అనుభూతికి మాత్రమే అందుతుందని మర్మవాదం తెలియజేస్తుంది.

అస్తిత్వాన్ని సైన్సు రెండుగా భాగిస్తుంది; ఒకటి-ఇంతవరకు తెలుసుకున్న (known) ప్రకృతి రహస్యాలు, రెండు-ఇంకా తెలుసుకోనివి (Unknown). ప్రస్తుతం మనకు తెలిసినవి ఒకప్పుడు తెలియవు. అలాగే ఈరోజు మనకు తెలియనివి రేపు తెలుసుకోగలం. చివరికి ఏదీ మిగలకుండా అన్నీ తెలుసుకున్న రోజు ఇక వర్గీకరణ ఉండదు. తెలుసుకునే ప్రక్రియ విస్తరిస్తున్న కొద్దీ తెలుసుకోవలసింది తగ్గి చివరికి అంతా తెలిసిపోతుంది. అంటుంది సైన్సు.

మర్మవాదమేమో అస్థిత్వాన్ని మూడు భాగాలు చేస్తుంది తెలుసుకున్న ప్రకృతి రహస్యాలు (known) ఇంకా తెలుసుకోనివి (unknown) ఎప్పటికీ తెలుసుకోలేనివి (unknowable) ఎప్పటికీ తెలుసుకోలేని దాన్ని అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవచ్చు (can be experienced) కానీ తెలుసుకోలేము (Cannot be known) దానినే అనుభూతిగా మార్చుకోవచ్చు. దాని గుండా జీవించవచ్చు. దానిని పాటగా పాడుకోవచ్చు. కానీ దాని యొక్క జ్ఞానం సంపాదించడం మాత్రం అసంభవం.

ఇది నది సముద్రంలోకి ప్రవేశించే అనుభూతి. నది ఏనాటికీ సముద్రాన్ని తెలుసుకోలేదు; కేవలం తన అస్తిత్వాన్ని కోల్పోయి తాను సముద్రంలో సమాహితం కాగలదు. కానీ జ్ఞానంలో జ్ఞాత,జ్ఞేయం (తెలుసుకునేవాడు, తెలుసుకోవలసింది) వేరు వేరుగా ఉంటారు. మర్మవాదం అలా కాదు ఇందులో ప్రేమికుడు ప్రియుడిలో కరిగిపోతాడు.

Mysticism (మర్మవాదం) "MYSTERION" అనే గ్రీకు పదం నుండి వస్తుంది. "మిస్టీరియన్" అంటే రహస్య క్రతువు (Secret ceremony) అని అర్థం. ఎప్పటికీ తెలుసుకోలేని దాన్ని (unknowable) అనుభవించిన వారంతా ఒకచోట చేరి తమ తమ అనుభూతిని పంచుకునేవారు. వారంతా కలిసి పాడేవారు, నృత్యం చేసేవారు, ఒకరి కండ్లలోకి ఒకరు చూస్తూ ఉండిపోయేవారు. ఒకరినొకరు స్పర్శించేవారు. ఒకరి నుండి ఒకరు కనిపించనిదేదో త్రాగుతూ ఉండేవారు. దీన్నే భాగవతంలో "రాస" అన్నారు.ఇది సంఘ నియమాలకు వ్యతిరేకంగానూ, పిచ్చి, పైత్యంగానూ లేక ఏదో మంత్రగాడు చేస్తున్న మాయలాగాను చూసేవారికి కనిపించవచ్చు. ఎందుకంటే ఇది భాషకు, తర్కానికి అందదు.

తర్కాతీతమైన ఈ ఆనందాన్ని అనుభవించాల్సిందే.జీవించాల్సిందే గాని వివరించలేము. ధ్యానాన్ని గూర్చి మైత్రేయ **"నాదబ్రహ్మోపాసన"** మరియు "నిఖిలక్రియా యోగం"లో చదవండి. ఇది అనుభవించడానికి ధ్యానమే మార్గం.

Love alone is real

If love is not, all else is useless

- Pappa Ramdas



ప్రశ్నలడగటం మానండి

> Life is not a problem to be solved from outside. The solution to life is only found by living it.
>
> \- OSHO

ఆనందంగా జీవించాలంటే ప్రశ్నలడగటం మానండి. జీవితాన్ని సహజంగా స్వీకరించండి. ఆనందంగా జీవించండి.

ప్రపంచం ప్రసిద్ధ చిత్రకారుడు విన్‌సెంట్ వాన్‌గాగ్ ఒకసారి ఒక విచిత్రమైన బొమ్మ గీశాడు, ఒకవ్యక్తి దానిని వేలితో చూపిస్తూ ఇదేమిటి? అన్నాడు. వాన్‌గాగ్ అరచేత్తో నుదిటిని కొట్టుకుంటూ "ఈప్రశ్నలు ఎవ్వరూ పూలనడగరు, పక్షులనడగరు, ప్రకృతి నడగరు లేదా దాన్ని చిత్రించినవాణ్ణి అడగరు కానీ అంతా నావెంట పడతారెందుకు? అన్నాడు.

ఇది నాఆనందంలోనుండి ఆవిర్భవించింది. ఎందుకు అంటే నేనేం చెప్పను. అసలు ఎందుకు అనే ప్రశ్నకు ఈ సృష్టిలో జవాబు ఉందా? దేన్నయినా ప్రశ్నించకుండా ఎందుకు స్వీకరించలేరు? అని ఆయన చెప్పదలచుకున్నాడు.

"కూల్‌రిజ్" అనే ఒక గొప్పకవి ఉండేవాడు. ఒకసారి ఒక ప్రొఫెసర్ "నేను మీ కవితలు చాలా చదివాను, కానీ ఏ ఒకటో రెండో తప్ప సామాన్యంగా ఏమీ నాకు అర్ధంకావు. కనీసం దీనికన్నా అర్ధం చెప్పండి" అంటూ ఒక కవిత ఆయన ముందు ఉంచాడు. కూల్‌రిజ్ నవ్వుతూ "దీన్ని నేను వ్రాసినప్పుడు దీని అర్ధం ఇద్దరికి తెలుసు. ప్రస్తుతం మాత్రం ఒక్కడికే తెలుసు" అన్నాడు. ఆప్రొఫెసర్ వ్రాసింది మీరే కనుక ఆ ఒక్కరూ మీరు అయిఉంటారు కనుక చెప్పండి" అన్నాడు. కూల్‌రిజ్ "ఇది వ్రాసినప్పుడు దీని అర్ధం ఇది నా ద్వారా వ్రాయించిన ప్రకృతికి తెలుసు, వ్రాసిన నాకు తెలుసు; కానీ ప్రస్తుతం దీని అర్ధం కేవలం ప్రకృతికే తెలుసు, నేను

మరిచి పోయాను. ఈ కవితేకాదు, చాలా కవితల విషయంలో ఏ భావావేశంలో అవి వ్రాశానో తెలియక, అసలు ఇవి వ్రాసింది నేనేనా ఆశ్చర్యపోతూ ఉంటాను" అన్నాడు.

ప్రతిదానికి అర్ధం ఎందుకు తెలుసుకోవాలి? మనం అనుభవిస్తున్న వాటన్నిటికి మనకు అర్ధం తెలుసా? మీరు మీభార్యా పిల్లలను, తల్లి దండ్రులను ప్రేమిస్తున్నారుకదా! మరి చెప్పండి. ప్రేమ అంటే ఏమిటి? కామం, క్రోధం, లోభం మొదలైనవెన్నో కలుగుతున్నాయి కదా మరి వాటి అర్ధం ఏమిటి? మనం అన్నిటిగురించి ప్రశ్నించవలసిన పనిలేదు. వాటిలో పూర్తిగా మునగాలి; వాటి అంతం వరకు మునగటం వల్ల కలిగే ఆనందం కేవలం అనుభవానికి అందుతుంది. సామీప్యత వల్ల, విషయాన్ని బుద్ధితో గ్రహించడంవల్ల, ఇతరుల నుండి వచ్చిన వివరణవల్ల కలిగేది విశ్లేషణేగాని జ్ఞానం కాదు. విశ్లేషణవల్ల విషయ పరిజ్ఞానం ఏర్పడవచ్చుగాని, అనుభూతివల్ల కలిగిన జ్ఞానం అందించే ఆనందాన్ని మాత్రం అది ఇవ్వలేదు.

ఆలోచనలు, భావాలు, కర్మలు అన్నా భిన్నంగా ఉన్నాసరే స్నేహం వీడకుండా ఉండటమే ప్రేమ





సరిగా ఆలోచించడం - సరిగా మాట్లాడటం

BE CLEAR, THE REST WILL FOLLOW
- NEPOLEON

"నీ ఆలోచన నీకుస్పష్టంగా ఉంటే తక్కినవన్నీ అనుసరిస్తాయి" అంటాడు నెపోలియన్.

మనం అందరం ఆలోచనాపరులమే. మనం మెలుకువగా ఉన్నంతవరకు (నిద్రలోకలల రూపంలో ఆలోచిస్తామనుకోండి) ఏదో ఒకటి ఆలోచిస్తూనే ఉంటాం. కానీ ఆలోచనల్లో ఎంత తేడా? చదువూ, సంస్కారం లేనివాడు, విద్యావం తుడు, కపటి, అహంకారి, స్వార్థి అంతా ఆలోచిస్తారు. కానీ ఒకరి ఆలోచనలకు, ఇంకొకరి మనోవృత్తులకు ఎంతో వ్యత్యాసం ఉంటుంది.

మనం అందరం ఆలోచిస్తూనే ఉంటాం. కానీ సరిగా ఆలోచించడం రాని కారణంగా అది ఎన్నో వాదాలు, వివాదాలు, ఘర్షణలు, అఘాయిత్యాలకు దారితీస్తుంది.

అసలు ముందు మనకేం కావాలో అది మనకు స్పష్టమై ఉండాలి. ఆ స్పష్టతే మొదటి ఆలోచన. మాకు ఆనందమే కావాలి అనుకునేవారు ఎలా ఆలోచించాలో ఎలా మాట్లాడాలో తెలుసుకుందాం.

ఆనందంగా జీవించడానికి సవ్యమైన ఆలోచన, దాన్ని వ్యక్తపరచడానికి సవ్యమైన భాష అవసరం. సవ్యమైన భాష రూపొందడానికి సక్రమమైన వాక్యనిర్మాణం అవసరం; ఈ వాక్య నిర్మాణం సవ్యమైన పద ప్రయోగం పైన ఆధారపడి ఉంటుంది. పదం సవ్యమైన అర్థం పైన ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఆలోచన,ఆలోచన ద్వారా ప్రేరేపితమైన భాష మూడు రకాలుగా ఆనందాన్ని లేదా దుఃఖాన్ని ఇస్తుంది. మనం ఇతరులతో మాట్లాడేటప్పుడు, ఇతరులు మనతో మాట్లాడేటప్పుడు మనం మనతో మాట్లాడేటప్పుడు.

మనం ఎంతో మాట్లాడుకోవడాన్నే ఆలోచన అంటాము. అది సరిగ్గా లేనప్పుడు మనకు, ఇతరులతో మాట్లాడేప్పుడు ఈ భావాలను మనం ప్రకటించి నప్పుడు ఇతరులకు దుఃఖాన్ని ఇస్తుంది. మనం సరిగా ఆలోచించ లేకపోవడానికి కారణం ఈర్ష్యా అసూయలే.

నేను ఒక ఊళ్ళో దాదాపు ఒక 120 మందికి ధ్యానదీక్షలు ఇచ్చాను. ఆ ఊళ్ళో గత 12 సంవత్సరాలుగా ప్రతి సంవత్సరం 2 నెలలు ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు జరుపుకుంటారు. గత 11 సంవత్సరాలుగా అక్కడ ఉపన్యాసాలు చెప్పిన వారున్నారే గాని వారిని కూర్చోబెట్టి ఎవరూ ధ్యానాలు చేయించలేరు. 12వ సంవత్సరం నేను వెళ్ళి ఈ ప్రక్రియ చేయించగానే ఇతర సాధువులకు ఈర్ష్య ప్రారంభమైంది. నిజానికి సాధువులంతా కోరుకోవలసింది, అందరూ ఆధ్యాత్మికంగా పురోభివృద్ధి సాధించాలనే; అదే సరిగ్గా ఆలోచించాల్సిన పద్ధతి. కానీ వారు తాము చేయలేనిది ఒప్పుకోవడానికి సిద్ధంగా లేరు; అందుకే ఆలోచించే పద్ధతి పెడతోవబట్టడం మొదలు పెట్టింది. అందుకని అసలు ఈ ధ్యాస ప్రక్రియనే దోష భూయిష్టమైంది అని నిరూపించ ప్రయత్నించారు.

నేను ఆ ఊళ్ళో ధ్యానాలు చేయించి వెళ్ళిన తరువాత ధ్యానాలలో పాల్గొన్న ఒక వ్యక్తికి పక్షవాతం వచ్చింది. ఈ సాధువులు కొందరు వెంటనే, చూశారా ఆ పక్షవాతానికి కారణం ధ్యానమే, ఎప్పుడూ రానిది ఈ ధ్యానం చేసిన తరువాతే ఎందుకు అతడికి పక్షవాతం రావాలి అన్నారు. దీన్నే తర్కశాస్త్రంలో కాకతీళీయం అన్నారు. "కాకి తాటిపండు మీద వాలింది, వెంటనే తాటిపండు రాలింది కనుక కాకి బరువుకు తాటిపండు రాలినట్లు లెక్క" ఇదీ అసంబద్ధంగా కార్య కారణాలను జోగించే విధానం.

ఈ అపవాదు విషయం విని నేను అతడిని పరీక్షించడానికి వెళ్ళాను స్కానింగ్ రిపోర్టులు, ఎక్స్‌రేలు అవీ చూశాను. అంతకు ముందు జరిగిన విషయాలన్నీ కనుక్కున్నాను. వాళ్ళు 50 సంవత్సరాలుగా మూడు కుంటుంబాలవాళ్ళు ఉమ్మడిగా వ్యాపారం చేస్తున్నారు. ఏవో కొన్ని మనస్పర్ధల కారణంగా వారు విడిపోవడం జరిగింది. విడిపోయిన తరువాత అందులో ఒక కుటుంబం వారికి వ్యాపారంలో విపరీతంగా లాభాలు వచ్చాయి. తరువాత ఈ జబ్బు చేసిన తను వ్యాపారాన్ని అంతా కొడుకులకు వప్పచెప్పి ఖాళీగా ఉండటం మొదలుబెట్టాడు.

నేను అక్కడ వారి ఊళ్ళో కార్యక్రమం ముగించుకొని వచ్చేసిన తరువాత ఒక వారం వరకు ఆయన మౌనంగా ఉండి పోయాడు. తరువాత ఈ పక్షవాతం

వచ్చింది. ఆయనను పరీక్షించి విశ్లేషించిన తరువాత నాకు తెలిసిన విషయాలు ఏమిటంటే అతనికి వచ్చింది మామూలు పక్షవాతం కాదు. అది హిస్టీరియా పక్షవాతం (మానసికమైన రుగ్మత) మామూలు పక్షవాతంలో భుజంనుండి మోచేయి వరకు అదుపులో ఉండి మోచేయి నుండి చేతిక్రింది భాగం అదుపులో ఉండదు; అలాగే తుంటి నుండి మోకాలివరకు అదుపులో ఉండి,మోకాలి నుండి కాలికింది భాగం అదుపును కోల్పోతుంది. కానీ హిస్టీరియా పక్షవాతంలో దీనికి వ్యతిరేకంగా జరుగుతుంది. క్రిందిభాగాలు అదుపులో ఉండి పైభాగాలు అదుపును కోల్పోతాయి.

దీన్ని భాషణోపశమనం (TALKING OUT CURE), ఆత్మ-క్షమాశీలం (SELF-FOR GIVING) అనే విధానాల ద్వారా మనస్తత్వవేత్తలు నయం చేయగలరు. మన అహాన్ని కానీ, నైతిక విలువలనుగానీ దెబ్బతీసే సంవేదనలు మనలో ఉన్నప్పుడు వాటిని గుర్తించి ఎదుర్కోవాలి. హేతుబద్ధం చేయాలి. అలా చేయక వాటిని అణచివేసి, మరిచిపో ప్రయత్నించి అవి అసలు లేనట్లే ప్రవర్తించడం వల్ల ఇటువంటి రోగాలు వస్తాయి.

ఇప్పుడు ఆ వ్యక్తి విషయం తీసుకుందాం-తాను ఇంటికి పెద్దవాడు అయినా తన మాట వినక, వారు విడిపోయారు. అయితే అందువల్ల వారికే లాభం రావడంతో తన వ్యాపార శైలిగానీ లేక తన అదృష్టం కానీ సరి అయినది కాదు అని ఒప్పుకోవలసి వచ్చింది. అది అతడి అహంకారానికి అఘాతమైంది. తరువాత వెంటనే కొడుకులకు వ్యాపారం వప్పగించి వేశాడు. నా కార్యక్రమంలో వ్యస్తమై ఉండటం వల్ల ఆయనకు ఇవన్నీ ఆలోచించే అవకాశం, సమయం లేకపోయింది. నా కార్యక్రమం అయిపోగానే అతడికి చేయడానికి పనేమీ లేకపోయింది. తాను ఎవరికీ పనికిరాని వాణ్ణి అయ్యాను అనే న్యూనతా భావం మనస్సులోకి ప్రవేశించింది. తాను జీవితంలో ఓడిపోయాననుకోవడం మొదలు బెట్టాడు. అందుకే వారం రోజులపాటు మాట్లాడటం మానేశాడు. అతడిని మనస్తత్వవేత్తలు మాట్లాడించి మనసులో ఉన్న భావాలన్నీ కక్కించడం చేత భాషణోపశమనం (TALKING UOT CURE) చేస్తారు. తరువాత అతడిని సమ్మోహన స్థితికి (HYPNOTIC STATE) తీసుకువెళ్ళి ఆత్మక్షమాశీల (Self-For giving) స్థితికి తెస్తారు. అంటే ఇవన్నీ జీవితంలో సహజమేనని అతడేమీ ఓడిపోలేదని, తాము విడిపోగానే వారి ఎదుటి వారికి లాభం రావడం కేవలం కాకతాళీయమని ఉద్బోధిస్తారు. ఈ విధంగా అతడికి జబ్బు నయం చేయబడుతుంది.

ఇవన్నీ తెలుసుకోకుండా కేవలం ఈర్ష్య కారణంగా నేను ఇచ్చిన ధ్యాన విధానం కారణంగానే ఇదంతా జరిగిందనడాన్ని సరిగా ఆలోచించక పోవడం-సరిగా మాట్లాడకపోవడం అని చెప్పవచ్చు.

కేవలం మన భారతీయులకే కాదు దాదాపు అన్ని దేశాల వారికి మూఢ నమ్మకాలు ఉన్నాయి. అమెరికన్‌లు 13వ సంఖ్యను చెడు సంఖ్యగా (DEVILS

NUMBER) భావిస్తారు. భవనాలలో 13వ అంతస్తు ఉండదు. అంటే కేవలం భవనాలు 12వ అంతస్తు వరకే కట్టి ఆపేస్తారని కాదు, ఒక్కొక్క భవనానికి 25-30 అంతస్థులు కూడా ఉండవచ్చు. కానీ అందులో 13వ అంతస్తు ఉండదు. అంటే 12 తరువాత వచ్చే అంతస్థుకు 14వ సంఖ్యను కేటాయిస్తారన్నమాట. అలాగే 13 సంఖ్యగల గది ఉండదు.

ఇక ఈ 13వ తేదీ శుక్రవారం నాడు గనుక వస్తే అమెరికన్‌లు గడగడలాడిపోతారు. ఒక అమెరికన్ Friday the 13th (13వ తేదీ శుక్రవారం) అనే పుస్తకం కూడా వ్రాశాడు. ఈ పేరులో వరుసగా చాలా హాలీవుడ్‌సినిమాలు కూడా వచ్చాయి. అందులో ఆరోజు జరిగిన వాహన దుర్ఘటనలు (Vehicle Accidents) ఆత్మహత్యలు, మానభంగాలు, దొంగతనాలు మొదలైన వాటి గురించి వివరాలు వ్రాస్తాడు. మొత్తం ప్రపంచం పైన జరిగిన ఈ దుర్ఘటనల నన్నింటినీ ఒకచోట చూసేసరికి ఎంతటివాడికి కూడా, నిజమే ఈ 13వ తేదీ శుక్రవారం చాలా చెడ్డది అనిపిస్తుంది. కాని జాగ్రత్తగా ఆలోచిస్తే ఇది తర్కబద్ధమైన ఆలోచన కాదని మనకు అవగతమౌతుంది. ఒక్క ఆ రోజు జరిగిన విషయాలు మాత్రమే సేకరించి ఆ రచయిత వ్రాశాడు; కానీ మిగతా కొన్ని రోజుల విషయాలు కూడా అలాగే సేకరించి వాటిని వీటితో పోల్చి చూసినప్పుడు, శుక్రవారం 13వ తేదీగా వచ్చినరోజు నిజంగానే మామూలు రోజులకన్నా ఎక్కువ దుర్ఘటనలు జరిగి ఉంటే, శుక్రవారం 13వ తేదీని దుర్దినంగా, భయంకరమైన రోజుగా పరిగణించవచ్చు. పైగా ఆ రోజు జరిగిన శుభకార్యాల సమాచారం కూడా ఆయన ఒకచోట చేర్చి ఉంటే విషయం అవగతమయ్యేది. కానీ అలా జరగలేదు. ఇదే సరిగా ఆలోచించకపోవడం.

చాలామంది ఛాందస సంప్రదాయవాదుల ఆలోచనా ధోరణి అన్యోన్యాశ్రమ దోషం కలిగి ఉంటుంది. వీరి వాదం మెల్లిగా చుట్టూ తిరిగి మళ్ళీ మొదటికి వస్తుంది. వారు "జీసెస్ చెప్పింది సత్యం" అంటారు;ఎందువల్ల? అని అడిగితే "బైబిల్‌లో అలా ఉంది కనుక-బైబిల్ దేవుని వాక్యం కనుక" అంటారు, "అలా అని ఎవరు చెప్పారు" అంటే మళ్ళీ "జీసెస్ చెప్పాడు కనుక" అంటారు. అలాగే "మహమ్మద్ ఆఖరి ప్రవక్త, ఖురాన్ ఆఖరి మతగ్రంథం" అంటారు; "అలా ఎలా చెప్పగలుగుతున్నారు?" అంటే "ఈ విధంగా ఖురాన్‌లో ఉంది కనుక, మహమ్మద్ చెప్పాడు కనుక" అంటారు.

అలెగ్జాండ్రియాలో ఒకప్పుడు ఒక గొప్ప గ్రంథాలయం ఉండేది. ఖాలిఫ్ ఒమర్ చేతిలో ఖురాన్‌ను మరొక చేతిలో వెలుగుతున్న కాగడాను పట్టుకొని అందులోకి ప్రవేశించాడు. లైబ్రేరియన్‌కు ఖురాన్‌ను చూపిస్తూ "ఇందులో లేని విషయమేమన్నా ఈ లైబ్రరీలోని బృహత్ గ్రంథాలలో ఉన్నదా? ఒక వేళ ఉంటే అదంతా దండగ, ఎందుకంటే ఇది (ఖురాన్) భగవంతుడి ఆఖరి సందేశం ఇంతకు మించిన గొప్ప విషయమేదీ ఉండటానికి వీల్లేదు. ఒకవేళ దీనిలో ఉన్నదే ఈ ఇతర గ్రంథాలలో

ఉన్నదంటావా, ఆ రకంగా చూసినా ఈ గ్రంథాలన్నీ వ్యర్థమే" అంటూ ఆ లైబ్రరీని తగులబెట్టాడు. ఆ లైబ్రరీ పూర్తిగా కాలిపోవడానికే ఆరునెలలు పట్టిందట. ఊహించండి అదెంత బృహత్‌గ్రంథాలయమో! ఇలా ఉంటాయి వితండవాదాలు.

ఒక గురువుగారి దగ్గర ఇద్దరుశిష్యులుండేవారు. వారికి అన్ని కార్యక్రమాల మధ్య ప్రార్థనా సమయమని సాయంకాలం ఒక గంట వారికి కేటాయించబడేది. ఆ సమయంలో వాళ్ళు తోటలో తిరుగుతూ పరమాత్మ స్వరూపమైన ప్రకృతిలో భాగాలై నిలవ ప్రయత్నించాలి. అదే ప్రార్థన. ఒకరోజు వారిలో ఒకడు సిగరెట్ త్రాగుతుంటే రెండో శిష్యుడు ఆశ్చర్యంగా చూసి "గురువుగారికి చెప్పే త్రాగుతున్నావా?" అన్నాడు. అవునన్నట్లుగా తల ఊపాడు మొదటి వాడు. రెండవ వాడు ఇంకా ఆశ్చర్యపోతూ "అరే! మరి నాకు అనుమతిఇవ్వలేదేమిటి? నీకెలా ఇచ్చాడు?" అన్నాడు. మొదటి వాడు కాసేపు ఆలోచించి "నువ్వేమని అడిగావు? అన్నాడు. రెండవ వాడు "గురువుగారూ! ప్రార్థనా సమయంలో సిగరెట్ త్రాగవచ్చా?" అని అడిగానన్నాడు. మొదటి వాడు పెద్దగా నవ్వుతూ "అదే నీపొరపాటు నీకు అసలు అడగటం రాలేదు. అందుకే నీకు అనుమతివ్వలేదు" అన్నాడు. రెండవ వాడు మరి నువ్వెలా అడిగావు అన్నాడు. మొదటివాడు నేను "గురువుగారూ ! సిగరెట్ త్రాగేప్పుడు ప్రార్థన చేయవచ్చా?" అని అడిగాను అన్నాడు. చూడండి ఇద్దరూ చేయబోయిన పని ఒకటే కాని సరిగా ఆలోచించడం, దాన్ని మాటల్లో పెట్టడం చాతగాని కారణంగా అందులో ఒకరికి ఆ పనిచేయడానికి అనుమతి లభించలేదు. సిగరెట్ త్రాగడం లాంటి పనికిరాని పని చేసేటప్పుడు ఉత్తమమైన ప్రార్థనకు ఆ సమయాన్ని వాడుకోవడాన్ని ఎవరైనా హర్షిస్తారు కానీ ప్రార్థనా సమయాన్ని సిగరెట్ త్రాగడానికి ఉపయోగిస్తానంటే ఎవరూ ఒప్పుకోరు. ఇదీ సరిగా మాట్లాడటం రాని విధానం.

ఇక సరిగా ఆలోచించే విధానం ఏమిటో చూద్దాం. ఉదయమే నిద్రలేచిన వాడొకడు, అప్పటికే ఉదయించిన సూర్యభగవానుడిని చూసి సంతోషంగా "Good Morning God ! (శుభోదయం సూర్యభగవానుడా!) అన్నాడు, మరొకడు అదే సమయంలో సూర్యుడిని చూసి My God it is morning already ! (ఓరి దేవుడో! అప్పుడే తెల్లవారి పోయిందే!) అన్నాడట. మొదటి వాడి ఆలోచన ఆశావాదానికి (Optimism) రెండవ వాడి ఆలోచన నిరాశావాదానికి (Pessimism) నిలువుటద్దమై నిలిచాయి చూడండి.

సరియైన ఆలోచనను ప్రకటించేప్పుడు కేవలం నోటితోనే కాదు, ఇంకా అన్ని అంగాలతో (ముఖ్యంగా కండ్లు, చేతులతో) ప్రకటించాలి. లేదా అది

"నోరు మాట్లాడితే నొసలు వెక్కిరిస్తుంది"లేదా "కడుపులో కత్తెర, నోటిలో చక్కెర" అన్న సామెతలను గుర్తుకు తెస్తాయి.

ఒక బిచ్చగాణ్ణి నేను ప్రేమగా పలకరిస్తే ప్రపంచంలో వ్యక్తులందరి మీదా తన కసిని వెళ్ళగక్కాడు. వీళ్ళంతా తనను అవమానించే వాళ్ళేనన్నాడు. నేను 'అదేమిటి నీకెవరూ దానం చెయ్యకపోతే ఎలా బ్రతుకుతున్నావు? అలా వాళ్ళ దగ్గర దానం తీసుకుని కృతజ్ఞత చూపించాల్సింది పోయి ఎందుకు వాళ్ళను తిడతావు?" అంటే వాడు 'ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు ఒక అరగంటన్నా వాళ్ళను పీడిస్తేగాని,చూపులో క్రూరత్వం, ముఖంలో అసహ్యం, చేతుల్లో నిర్లక్ష్యం చూపిస్తూ ఒక కాణీ విదిలించరు ఇక నలుగురి మధ్య కనుక అయితే వాళ్ళ పరువు నిలుపు కోవడానికో లేక ఆడపిల్లల ముందు బడాయి కొడుతూనో ఇస్తారేగాని ప్రేమగ ఎవరు దానం చేస్తారండి నాకు" అన్నాడు. కాబట్టి సరిగా ఆలోచించడం, మాట్లాడటం నేర్చుకుంటే మీకు ఆనందం, ఇతరులకు కూడా ఆనందం.

ఇతరుల కర్తవ్యాన్ని మీ అధికారంగానూ ఇతరుల ఉదారతను

మీ గుణంగానూ ఇతరుల నిర్భలతను మీ బలంగానూ భావించకండి



సాధారణంగా ఉండండి

> Everyone is Trying to Acconplish something big, not Realizing that life is made up of little things
>
> - J.A.CLARLL

జీవితమంతా చిన్నవిషయాలతో కూడుకున్నదనే విషయాన్ని గ్రహించలేక, ప్రతివారూ గొప్పగొప్పవన్నీ సాధిద్దామని ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు.

సాధారణంగా ఉండటంలో ఉండే ఆనందం గొప్పవారవడంలో లేదు. చాలా మందికి సినిమా యాక్టర్‌లు (ముఖ్యంగా టీనేజ్ పిల్లల నుండి యువతీ యువకుల వరకు) దేవతలలాగాను, సినిమా ప్రపంచ ఒక అద్భుత సుందర స్వర్గలోకంగానూ కనబడుతూ ఉంటుంది. ప్రతి మగపిల్లవాడు ఏదో ఒక్క సారన్నా తనను తాను మెగాస్టార్, హీరో స్థానంలోనూ, ప్రతి ఆడపిల్ల జీవితంలో ఒక్కసార యినా తనను తాను అందాల హీరోయిన్ స్థానం లోనూ ఊహించుకోకుండా ఉండలేరు.

"సినిమాల్లో నటిస్తూ పాపం జీవితంలో గూడా విధిగా నటిస్తేనే గాని బతకలేని బతుకులు వాళ్ళవి" అంటారు బి.యస్.రాజు వాళ్ళ గురించి.

స్వయంగా నటుడు, దర్శకుడు, నిర్మాత అయిన దాసరి నారాయణరావు గారు స్వయంగా తమ గురించి ఏం చెప్పుకుంటున్నారో వినండి. "మా తిండి మేం తినలేం. మా బట్టలు మేం కట్టుకోలేం, మా మాటలు కూడా మేం మాట్లాడు కోలేం–అంతా అరువు, ఎరువు".

సాధారణంగా జీవించడం అంటే అధునాతన సౌకర్యాలన్నీ విడిచి గుడిసె లలో జీవించడమని కాదు అర్థం. ప్రపంచ సత్యాన్ని గ్రహించి, ఊహలలోనూ, అభూత కల్పనలోనూ గాక మానవత్వం గలిగిన ప్రేమమయ జీవితం గడపడం.

గొప్ప ఆదర్శాలు (Ideals) కన్నా కూడా జీవితానికి విలువ ఎంతో ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే జీవితం అంటే ఇప్పుడు ఇక్కడ అని అర్థం. పసిపిల్లలలాగా వర్తమానంలో జీవించడంలో ఉన్న స్వచ్ఛతను, పవిత్రతను, ఆనందాన్ని ఉషోదయ సమయాన గడ్డిపై కనిపించే మంచు బిందువుతో పోల్చవచ్చు. ఆదర్శం అంటేనే భవిష్యత్తు. ప్రస్తుతం లేనిది, ఇకముందు కావలసినది అని అర్థం. ఇక కొందరు మూర్ఖులు సాధారణ మానవుల మవుదామని చూస్తారు. అంటే సాధారణత్వాన్ని కూడా ఆదర్శం చేశారన్నమాట. ప్రస్తుతం వారి దగ్గర ఇల్లు ఉంది. సమస్త సంపదలు ఉన్నాయి. అవన్నీ విడిచి భవిష్యత్తులో ఒకగుడిసె నిర్మించుకుందామని చూస్తారు. నిజానికి సాధారణులుగా ఎవరూ కాలేరు. సాధారణులుగా ఉండాల్సిందే. అలా అవుదామని ప్రయత్నించేవాడు గుడిసెలో ఉంటేనేం, అదికూడా గొప్పవాడవుదామని చేసే ప్రయత్నంలో భాగమే అవుతుంది. చాలామంది సన్యసించేది కూడా లోకంలో పూజింపబడాలనే. చాలామంది వినయంగా నమస్కరించేది కూడా "చూశారా మాకెంత వినయం ఉందో" అనే అహంకార ప్రదర్శన కొరకే. "Simplicity is a state of effortlessness" - ప్రయత్న రాహిత్యం యొక్క సహజ స్థితి సాధారణత.

ప్రతి మతంలోనూ లైంగిక వాంఛలు చలరేగడం పాపమని, వాటిని తీర్చుకో వడం హేయమని విశ్వసిస్తారు. దీన్నే బ్రహ్మచర్యమన్నారు. హిందూమతం లో బ్రహ్మచర్యం అత్యుత్తమ ధర్మంగా పేర్కొనబడింది. క్రిస్టియన్ మతంలో ఈస్టర్ పండుగకు, క్రిస్టమస్‌కు ముందు ఆడామగా కలవగూడదని నిర్బంధించారు.

కోరిక (Desire), కు అవసరానికి (Need) ఎంతో భేదం ఉంది. సంస్కృతంలో "కామం" అన్న పదానికి కోరిక అని అర్థం. ఈ పదానికి లైంగికవాంఛ అనే అర్థం చెప్పడం మొదలుబెట్టినప్పటి నుండే అర్థాలు మొదలయ్యాయి. ఆకలి, దాహం వేసి నప్పుడు తట్టుకోలేక విలవిల్లాడి పోయినట్లే, మైథున వాంఛ రగిలినప్పుడు ఆ ప్రేరణ భరించలేనంతగా ఉంటుంది. ఇది అవసరమే కాని కోరక కాదు. భగవద్గీతలో కామం, క్రోధం, లోభం మూడూ నరకానికి ద్వారాలని చెప్పబడింది. మనిషి తన అవసరానికి మించి దేనినైతే కోరతాడో అది కామం సంఘంలో వ్యక్తుల అవసరాలు తీర్చబడతయ్యేగాని కోరికలు కాదు. ఒక పురుషుడు ఒక స్త్రీని గాక ఇద్దరిని, ఒక ఇంటినిగాక రెంటిని కోరినప్పుడు అది కామమౌతుంది. (అలాగే స్త్రీ విషయంలో కూడా). ఒక వ్యక్తి ఇద్దరు స్త్రీలను చేపడితే, ఇంకొక పురుషుడికి స్త్రీ కొరత ఏర్పడుతుంది కదా! ఆ వ్యక్తి తన అవసరం తీర్చుకోవడం కొరకు దౌర్జన్యం చేస్తాడు. అప్పుడు సంఘం నరక ప్రాయమౌతుంది. అలాగే ఏదో ఒక కారణాన తనకు తన అవసరానికి మించి లభిస్తే వెంటనే దాన్ని సంఘంలో పంచాలి కాని దాచుకోకూడదు. అలా ఏ ఒక్కవ్యక్తి దగ్గరనైనా వస్తువులు మిగిలిపోతే తక్కినవారికి అవి అందకకూడా సమాజం నరకప్రాయమౌతుంది. ఇలా అవసరానికి మించిన వస్తువులు, సుఖభోగాలు కావాలని కోరడం కామమైతే, వాటిని దాచిపెట్టడంలోభం. ఈ దాచిపెట్టినది ఎవరైనా కొల్ల గొట్టాలని తలుస్తే అది క్రోధం.

ఒకసారి ఒక వ్యక్తి దగ్గరినుండి వస్తువులు కొల్లగొడితే అది అలవాటుగా మారి అరాచక శక్తులు పెల్లుబుకుతాయి. దీనివల్ల కూడా సాంఘిక వ్యవస్థ దెబ్బతిని నరక ప్రాయమవుతుంది. అందువల్ల భగవద్గీత కామం, క్రోధం, లోభం నరకానికి ద్వారమంటుంది. దీనికి వక్రార్థాలు చెప్పి కామం అంటే లైంగికవాంఛ, దీన్ని విడువమన్నారు. మైథున అవసరాన్ని తొక్కిపడితే అది ఏదో ఒక మార్గాన బైటికి (శక్తికనుక) వస్తుంది. అందుకే బ్రహ్మచర్యం అవలంబించే మతవాదులు చాలామంది కోపిష్టులుగా కనిపిస్తారు. లేదా లోభం మంచిదికాదు దానాలు చేసుకోండి అని ఉపన్యాసాలు చెబుతూ డబ్బులాగి కూడబెట్టే లోభులుగా కనిపిస్తారు. పగలంతా ఏదో ఒక రకంగా బ్రహ్మచర్యాన్ని నిలుపుకున్నా రాత్రి కలలను ఏ చేయగలరు? దుర్మార్గులు గూండాలు అంతా కలల్లో సాధువులుగానూ, సాధువులంతా కలల్లో ఆడవాళ్ళను రేప్‌చేసే, ఇంకొకరిని దోచుకునే గూండాలుగానూ మారుతారని మనస్తత్వవేత్తలు చెబుతారు. అందుకే మహాత్మాగాంధీ తాను జాగ్రత్ సమయంలో బ్రహ్మచర్యాన్ని అందుకోగలిగానని, ఇంకా స్వప్న సమయంలో సాధ్యం కావడం లేదని అన్నాడు. చివరి వరకు ఆయనకు వృద్ధాప్యంలో కూడా ఆయన సాధ్యం కావడం లేదని అన్నాడు. ఇలాగే శారీరిక అవసరాలను తొక్కిపట్టి ఉంచితే ఇవి రకరకాల శారీరిక, మానసిక రోగాలకు దారితీస్తాయి హోమియో మందు ఇచ్చే నా దగ్గరికివచ్చిన అనేక మందిలో నేనీ లక్షణాలు చూచాను. కొందరిలో మధుమేహవ్యాధి (షుగర్) లేకుండానే అతి మూత్రవ్యాధి ఉంటుంది. వారందరి కేసులలోనే మూత్ర పరీక్ష చేయిస్తే, షుగర్ లేదు కాని మూత్రంలో వీర్యకణాలు పోతూ ఉండటం కనిపించింది. వారిని వ్యక్తిగతంగా ప్రశ్నించినప్పుడు బ్రహ్మచర్యం పాటిస్తున్నామని చెప్పారు. ఇక ఇదే కోరిక తొక్కిపడితే వచ్చే మానసిక వ్యాధిని 'AllOPSYCHOSIS' (అల్లో సైకోసిస్) అంటారు. తమలో కలిగే భావాలను వైపరీత్యాలను వారు ఇంకొకరికి ఆపాదిస్తారు. "నీకు వాళ్ళింట్లో పుస్తకం దొంగిలించాలనిపించింది కదూ, ఆ గృహిణితో సంపర్కం పెట్టుకోవాలనిపించింది కదూ–తప్పు ఒప్పుకో..." ఇలాసాగుతాయి వారి బెదిరింపులు.

అన్ని ఇంద్రియాలను తొక్కి పెట్టడం గానీ, లేదా విచ్చలవిడిగా ఉపయోగించడం కానీ ఆధ్యాత్మికత కాదు. ఆ విషయాన్నే భగవద్గీత "యుక్తాహార విహారస్య" యుక్తమైన (సరియైన మోతాదులో) రీతిలో ఆహార విహారాదులున్న వాళ్ళకే యోగం సిద్ధిస్తుందని చెబుతుంది. ఇటువంటి స్థితే సాధారణత. సాధారణుడిగా ఉన్నవాడికి ఈ విశ్వమొక విద్యాలయం. ప్రతిక్షణం నేర్చుకోవడానికి ఎంతో లభిస్తుంది.

నేను నాకలం పేరును ముందు **"మైత్రేయ"** అని వ్రాసుకుంటాను. నా దగ్గర ధ్యానదీక్షలు తీసుకోవడానికి చాలామంది వస్తుంటారు. నా దగ్గర ధ్యానదీక్ష తీసుకున్న ఒకావిడ, ఒకరోజు నన్ను **"మైత్రేయ"** పదం వాడటంలో గల అర్థం చెప్పమన్నది. నేను "అందులో రహస్యం ఏమీలేదు, నేను అందరికీ మిత్రుడిని అని ప్రకటించుకోవడం కొరకే అలా వ్రాస్తున్నాను. ఎందుకంటే నేను మా గురువుగారికి సరియైన

శిష్యుడిని కాలేక పోయాను; కనుక గురువునయ్యే అర్హత నాకులేదు. సరే ప్రకృతి ప్రేరణతో నాకు లభించిన శక్తిని నలుగురితో పంచుకోవాలనే ఉత్సాహంలో ఈ దీక్ష లిస్తున్నానే గాని నిజంగా నాకు గురువు నవ్వాలని లేదు; అందుకే మైత్రేయ అని వ్రాసుకుంటాను" అన్నాను. ఆవిడ **"మైత్రేయుడు బుద్ధుడి అవతారం కదా–మీరే ఆ అవతారమని నా అనుమానం"** అన్నది. నేను నిర్ద్వంద్వంగా ఆ విషయాన్ని ఖండించాను నేను అవతార పురుషుడిని, జ్ఞానిని, మహానుభావుణ్ణి, గొప్పవాణ్ణి అయిపోయి ఇప్పుడున్న ఆనందం, తృప్తి, శాంతి పోగొట్టుకోదలచుకోలేదు. సాధారణుడిగా ఉన్నప్పుడే ఇవన్నీ లభిస్తాయి. కానీ ఆవిడ ఆమాట ఎందుకడిగింది అంటే మా గురువుగారు గొప్పవాడు అని అనుకుంటే అంత గొప్ప అవతార పురుషుడు మాకు గురువు కనుక మేమెంత గొప్పవాళ్ళం అనే సూక్ష్మాహంకారం లోపల ఉంటుంది. ఆ విషయం ఆవిడకు కూడా తెలిసి ఉండదు.

నేను ఎన్నో వందల మందికి ఒక ప్రత్యేక యోగ పద్ధతిలో దీక్ష లిచ్చాను. మా యోగ గురువు నుండి నేను దీక్ష పొందినప్పుడు నాకెటువంటి దృశ్యాలు కనబడటంగానీ, శబ్దాలు వినబడటంగానీ జరగలేదు. కానీ విచిత్రమేమిటంటే ఏ కొద్ది మందికో తప్ప (నాదగ్గర తీసుకున్న వారిలో) నూటికి 90శాతం మందికి అటువంటి అనుభూతులు చాలా కలిగాయి. ఏయే చక్రాలలో కుండలినీ సంచారం జరిగినప్పుడు ఏ అనుభూతులు కలుగుతాయనేది యోగం వివరిస్తుంది. ఆ యోగ పరిధిలో కొచ్చే అనుభూతులు మినహాయించి తక్కిన వాటినన్నింటినీ మానసిక రుగ్మతలుగానూ, అభూత కల్పనలుగానూ లేదా పులిని చూసి నక్క వాతపెట్టుకున్నట్లు ఒకరు ఏదో అనుభూతి కలిగింది కనుక నాకు కూడా కలిగిందని చెప్పే ఎచ్చులు గానూ నిర్ణయించాను. (ఇది చాలా సూక్ష్మమైన విశ్లేషణ; అప్పుడప్పుడూ నేనుకూడా పొరబడుతూ ఉండవచ్చు. కృష్ణుడొచ్చి తమను అనుభవిస్తున్నాడని చెప్పుకునే స్త్రీలుంటారు. అలాగే క్రిష్టియన్ నన్స్‌కూడా జీసెస్ తమతో సంగమించాడని చెప్పుకుంటారు. తమలో కలిగే లైంగిక ఉద్రేకాలను తొక్కిపట్టడం వల్ల వచ్చే వైపరీత్యమిది. దీన్ని స్పెక్ట్రోఫిలియా (SPECTROPH LIA) అంటారు. ఇటువంటి చాలా కేసులలో డా॥ కోవూర్ పరిశోధన చేసి ఇదంతా మానసికమైన జబ్బుగా నిరూపించి వారికి ఆ జబ్బు నయం చేయగలిగాడు కూడా. గణాచారంలో అమ్మవార్లు పూనకాలు రావడం, దేవుళ్ళు కనబడటాల లాంటివి కూడా "షిజోఫ్రైనియా" అనే జబ్బు క్రిందికి వస్తాయి. గొప్పవాళ్ళమౌదామని చేసే ప్రయత్నం వల్ల లేదా అసాధారణ జీవితాలు గడపడం వల్ల వచ్చే రుగ్మతలు ఇవి.

రూపాలు కనబడటం అయిపోయింది కదా; ఇక కాంతులు, రంగులు, శబ్దాలు విషయానికి వద్దాం. ఒక వ్యక్తికి తెల్లని కాంతి కనబడటాన్ని మనస్తత్వవేత్తలు ఫోటిజమ్ (PHOTISM) అంటారు. ఇక కొందరికి కొన్ని కాంతులు–కాంతుల వెంట శబ్దాలు లేదా శబ్దాలు వినబడితే దాన్ని బట్టి రంగులు కనిపిస్తాయి. ఈ జబ్బును "సినేస్తేషియా" అంటారు.

నేను దీక్ష నిచ్చిన వారి అనుభూతులనన్నీ నమ్మిఉంటే ఈపాటికి నన్ను నేనే ఒక అవతార పురుషుడిగా ప్రకటించుకోవాల్సి వచ్చేది; ఎందుకంటే ఇది "పారనోయా" వ్యాధి లక్షణం. తామేదో కారణ జన్ములమనీ, ఉన్నతులమనీ, ప్రపంచాన్ని ఉద్ధరించడానికి పుట్టామని కొందరు భ్రమిస్తారు. తమ దగ్గర అర్జంట్‌గా ముక్తిపొందే చిట్కాలున్నాయని కూడా అంటారు వారు. నేనా వ్యాధికి లోను కాకుండా సాధారణుడిగా మిగిలిపోయినందుకు ఆనందిస్తున్నాను.

భజనలలో పాల్గొనేవారు శివమెత్తి తీవ్రావేశంతో కొరడాతో వాతలు పెట్టుకోవడాలు, నిప్పుల మీద నడవడాలు, కత్తులతో ఒంటినిండా గాయాలు చేసుకోవడాలు చేసి ఈ హింసలో గాఢమైన అనుభూతిని తృప్తిని పొందుతుంటారు కొందరు. పదమూడవ శతాబ్దంలో ఇలా వాతలు పెట్టుకునే వారిని "ఫ్లాగిలెంట్లు" అనే వాళ్ళు. ఇప్పటికీ చక్రాంకితాల పేరుతో ఈ ఆచారాన్ని వైష్ణవులు పాటిస్తారు. ఇలా దారుణమైన హింసలో తన్మయత్వాన్ని పొందడాన్ని ఫ్లాగిలేషన్ (FLAGEL-LATION) అంటారు. ఎక్కువగా లేనిపోని నిబంధనలు పెట్టడం వల్ల కూడా ఈ సాధారణత దెబ్బ తింటుంది.

"He who never make a mistake never made a discovery"

అసలు తప్పే చేయని వాడు కొత్తదేదీ కనుక్కోలేదు. వైజ్ఞానిక సత్యాలలో చాలా భాగం శాస్త్రజ్ఞుల పొరపాట్ల వల్ల వెల్లడైనవే కనిపిస్తాయి. Truth emerges more readily from error than from confusion

సత్యం తరచుగా గందరగోళం నుండి కాక తప్పుల నుండే వెలువడుతుందంటాడు ఫ్రాన్సిస్ బేకన్ (FRANICIS BACON) కనుక పిల్లలకు ఎక్కువ నిబంధనలు పెట్టి వారని మానసిక రోగులుగా చేయడంకన్నా, వారికి స్వేచ్ఛనిస్తే తప్పులు చేసైనాసరే తరచుగా వాటినుండి నేర్చుకొని బాగుపడతారు.

Becoming number one is easier than remaining number one. ఉన్నత స్థానం అందుకోవడం కంటే అక్కడే నిలిచి ఉండటం చాలా కష్టమంటాడు బిల్ బ్రాండ్లే (Bill Brandley)

ఒక స్థాయికి, ఒక పదవికి ఎదిగిన తరువాత దాన్ని నిలుపు కోవడం కొరకు అనేక అబద్ధాలు చెప్పాల్సివస్తుంది. నాటకాలాడాల్సివస్తుంది; దానివల్ల ఉన్నతస్థాయి అయితే (నలుగురి దృష్టిలో) ఉంటుంది కానీ–శాంతేది? తృప్తేది? సుఖమేది? ఆనందమేది?

కాబట్టి ఆనందంగా జీవించాలంటే సాధారణులుగా ఉండండి.

> సర్వహితకర ప్రవృత్తే సంసారం యొక్క సౌందర్యం
> సర్వ ప్రవృత్తుల నివృత్తే సంసారం యొక్క అంతం
> నివృత్తి యొక్క నివృత్తే ఈశ్వరవాద ఆరంభం



ఇది కూడా జరిగి పోతుంది

> Life never dies because it goes on changing; So remember this "THIS TOO WILLPASS".

ఒక గొప్ప శక్తివంతమైన రాజు ఒక సువిశాల సామ్రాజ్యాన్ని పాలిస్తూ ఉండేవాడు. ఆయన ఆస్థానంలో ఎందరో మహాత్ములు, జ్ఞానవృద్ధులు ఉండేవారు. ఒకరోజు ఆయనకు జీవితం అంతా అయోమయంగా తోచి, తన ఆస్థానంలో ఉన్న విజ్ఞులను సుఖపెట్టగలది. సుఖం ఉన్నప్పుడు దుఃఖపెట్టగలది అయిన మంత్రపుటుంగరం ఒకటి నాకు కావాలి అనిపిస్తోంది. అటువంటి దేదైనా మీరు నాకు సాధించి పెట్టాలి" అన్నాడు.

వారంతా ఎన్నో రోజులు ఆలోచించిన మీదట ఒక ఉంగరాన్ని తయారుచేసి తీసుకొచ్చి రాజుగారికి ఇచ్చి "మహారాజా! ఈ ఉంగరంలోని రాయిని ఒక ప్రక్కనుండి మీరు పైకి లేపవచ్చు. అలా లేపారంటే మీకు దాని కింద ఒక మహామంత్రం వ్రాయబడి కనిపిస్తుంది. అయితే ఒక నియమం ఉంది. సుఖంగానీ దుఃఖంగానీ మీకు భరించడానికి శక్యం కానప్పుడే మీరు ఆమంత్రాన్ని చూడాలి. అప్పుడే మీకు దానినుండి ఉపశమనం కలుగుతుంది" అన్నారు.

రాజుగారు ఆ నియమానికి ఒప్పుకొని ఉంగరాన్ని వేలికి ధరించారు. కొద్ది రోజులకు ఆ ఉంగరం సంగతే మరిచిపోయారు. ఇంతలో ఒక రోజు ఆయన క్రింది సామంతరాజులంతా కలిసి చెప్పాపెట్టకుండా ఆయన మీదికి యుద్ధానికి వచ్చారు సంసిద్ధంగా లేని కారణాన ఈ రాజుగారు యుద్ధంలో ఓడిపోయారు. అప్పుడు ఆయనకు ఉంగరం గుర్తుకు వచ్చింది. ఈ దుఃఖ సమయంలో రాతిని తొలగించి మంత్రం చదివితే బాగుంటుంది అనుకున్నాడు. కానీ మళ్ళీ అనిపించింది "లేదు ఈ దుఃఖం ఇంకా సంపూర్ణం కాదు, రాజ్యంపోతే ఏం నేను ఇంకా బ్రతికే ఉన్నాగా, మళ్ళీ ప్రయత్నించి నేను రాజ్యం సంపాదించ గలను" అనుకున్నాడు.

ప్రాణ రక్షణార్థం ఆయన రాజ్యం విడిచి పారిపోవలసి వచ్చింది. గుఱ్ఱం మీద పారిపోతున్న ఆయనను అశ్వ సైన్యం తరుముతోంది. వెనక నుండి రివ్వురివ్వున బాణాలు దూసుకువస్తూ ఆయన రెండు పక్కలనుండి వెళ్లిపోతున్నాయి. వెనక్కు తిరిగి చూసిన రాజుకు శరీరం గగుర్పొడిచింది. గుఱ్ఱం మీద కూర్చున్న రౌతు ఒకడు పండ్ల మధ్యన కళ్ళాలను బిగబట్టి రెండు చేతులతో విల్లు బాణాలు ధరించి వేగంగా బాణాలు విడుస్తున్నాడు. ఆ క్షణంలో ఉంగరంలోని మంత్రాన్ని చదువుదామా అనుకున్నాడు; ఇంతలో గుఱ్ఱం కాలికి పోటురాయి ఒకటి తగలడం గుఱ్ఱం మెడ విరిగేలా క్రింద పడటం, గుఱ్ఱంమీది రౌతు క్రిందపడటం, వెనక వస్తున్న అశ్వదళం కాళ్ళక్రింద అతడు నలిగిపోవడం జరిగింది.

కాస్తలో ప్రాణం భయం తప్పింది. కానీ ప్రమాదం ఇంకా వెంటబడి తరుముతూనే ఉంది. వెంటవస్తున్న ఒకరిద్దరు సొంత సైనికులు బాణం దెబ్బలు తిని పడిపోయారు. తన గుఱ్ఱం నురగలు కక్కుతూ ఏక్షణానైనా పడిపోవడానికి సిద్ధంగా ఉంది. వెనక నుండి గుఱ్ఱపు డెక్కల చప్పుడు, శత్రు సైనికుల కోలాహలం క్రమంగా దగ్గరవుతున్నది. ప్రతిక్షణం ఉంగరంలో మంత్ర చదువుదామా అనుకుంటున్నాడు. కానీ మళ్ళీ ఇది పూర్తిగా నిస్సహాయస్థితికాదు, ఇంకా దుఃఖం నన్ను పూర్తిగా ఆక్రమించలేదు అనుకొని ఊరుకుంటున్నాడు.

ఆ రాజు గుఱ్ఱం క్రిందపడి మరణించింది. ఆయన శక్తినంతా కూడదీసుకొని ముందుకు పరుగెడుతున్నాడు. కాళ్ళలో ముళ్ళు దిగుతున్నాయి. రాళ్ళు కోసుకుపోతు రక్తం కారుతోంది. దాహంతో నాలుక పిడచకట్టుకు పోతోంది. ఆకలవుతోంది. ఆయాసంతో రొప్పుతున్నాడు, ఊపిరి అందటం కష్టంగా ఉంది; వెనుక నుండి డెక్కల చప్పుడు సమీపించింది. ఉంగరంలోని మంత్రం చదువుదామని అనుకున్నాడు. ఇంతలో వాళ్ళకు అందకుండా తప్పించుకునే మార్గం ఒకటి తోచింది. తాను బాటవెంట వెళితే శత్రువులు తనను గుఱ్ఱాలతో వెంబడించి పట్టుకోగలరు కనుక వాళ్ళు కూడా గుఱ్ఱాలు దిగాలంటే... ప్రక్కనే ఉన్న కొండమీదికి పరుగెత్తాడు. గుఱ్ఱాలు దిగి శత్రువులు కోలాహలంగా ఆయన్ను వెంబడించారు.

వెనక్కు తిరిగి శత్రువులను చూస్తూ పరుగెడుతున్న రాజు కాలుజారి ఒక లోయలోకి జారాడు. కొండచరియ నుండి వేళ్ళాడుతున్న కొమ్మ లేవో చేతికి దొరికాయి. చేతులు చెమటపట్టి జారిపోతున్నాయి. భుజాలలో ఎక్కువ సేపు వేళ్ళాడగల శక్తికూడా లేదు. ప్రక్కనే రాతిలో ఒక మనిషి మాత్రమే పట్టగలిగిన రంధ్రం కనిపించింది, ఆయన మెల్లిగా అందులోకి జారాడు. శత్రువుల పాదసవ్వడి, వారి మాటలు, కరవాలాల కోలాహలం దగ్గరవుతోంది. ఊపిరి పీల్చడానికి కూడా రాజు భయపడుతున్నాడు. ఇక పరిస్థితిని సహించడం ఆయన తరం కాలేదు. ఉంగరంలో రాతిని తలగించి చూశాడు. అందులో కేవలం **"ఇదికూడా జరిగి పోతుంది"** అని రాసి ఉంది.

ఆ మాట చదువుతూనే రాజును ఒక రకమైన విశ్రాంతి ఆవరించింది. శత్రువులు అంచు వరకు వచ్చి లోయలోకి తొంగిచూసి, అడుగు కనపడక పోవడంతో బహుశ రాజు మరణించాడని అనుకుంటూ వెనక్కి తిరిగారు ఆ రాజు కాసేపు అక్కడే విశ్రమించి మెల్లిగా పాకుతూ పైకి వచ్చాడు. దగ్గరలో ఉన్న గ్రామంచేరి, కాస్త విశ్రాంతి ఆహారం దొరికాక ఒక పదిరోజులు పరిశ్రమించి సైనిక బలాన్ని కూడదీసుకొని శత్రుబలాలను తన రాజ్యంలో నుండి తరిమి వేశాడు.

రాజ్యమంతా ఆనందోత్సాహాలతో మునిగిఉంది. రాజుగారు అభ్యంగన స్నానం, రాజభోజనం ముగించుకొని వచ్చి మెత్తటి సింహాసనం మీద కూర్చున్నాడు; ద్రాక్ష సారాయి, త్రాగుతున్నాడు. అప్సరస లాంటి నర్తకి నృత్యం చేస్తోంది. గంధర్వులను మించిన ఆస్థాన విద్వాంసులు గానం చేస్తున్నారు. మధ్య మధ్య రాజ వీధులలో నుండి అస్పష్టంగా జయజయధ్వానాలు వినిపిస్తున్నాయి సుఖం కూడా చెలియలి కట్టలను దాటింది. రాజుగారికి మళ్ళీ ఉంగరం గురుకు వచ్చింది. దానిలోని రాయిని ఆయన తొలగించి చూశాడు. **"ఇదికూడా జరిగి పోతుంది"** అనే మంత్రం కనిపించింది ఆయన విశ్రమించాడు.

సుఖం, దుఃఖం, కామం, క్రోధం మొదలైనవన్నీ తర్కంతతలే (Excitements); ఇవన్నీ మనస్సులోని సంచారీ భావాలే; నిజానికి ఇవేవీ శాశ్వతం కాదు అని గ్రహించగలగడం జ్ఞానియొక్క లక్షణం, కానీ ఈభావ దశలు వచ్చినప్పుడు ప్రచండ వేగంతో ఉప్పెనలా వచ్చి ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తాయి. కాబట్టి వీటిలో కొట్టుకు పోకుండా ఉండటం అంత సులభమైన విషయం కాదు.

ఇంకా దుఃఖాన్నయినా భరించడం సులభంకాని, సంతోషాన్ని భరించడం కష్టం. ఈ ప్రపంచంలో సంతోష జీవులకన్నా దుఃఖితులే ఎక్కువ కాలం బ్రతుకుతారు ఎందుకంటే సంతోషం అలసిపోయేలా చేస్తుంది. సంతోషం ఉత్కంఠతను కలుగజేస్తుంది. ఆ భావంలోనే ఎక్కువ సమయం నిలిచిఉంటే శరీరంలోని నరాలు అన్నీ పట్టుకు పోతాయి. మనస్సు ఉత్కంఠత వేడిని భరించలేని అగ్నిపర్వతంలాగా పేలిపోతుంది. సంతోషం ఎక్కువై తట్టుకోలేక గుండె ఆగి చచ్చిపోయినవాళ్ళు ఎంతోమంది కనిపిస్తారు.

సుఖదుఃఖాలు భావాలు–ఇవి మారుతూ ఉంటాయి. ఇవి మారక తప్పదు కూడా. ఆనందం భావం కాదు–స్థితి. ఇందులో నిలవాలంటే ఈ భావాలకు మీరు యజమానులు కావాలి సేవకులు కాదు. కామం కలుగుతే కామాన్ని నేను అనుభవించాననుకుంటారు మూర్ఖులు. కామం కేవలం మనను సేవకులుగా వాడుకుంటుంది. అలాగే క్రోధంకూడా,నేను కోపగించాను అనుకుంటాము. కానీ కోపం వచ్చినప్పుడు అది మన అదుపులో ఉండదు, దాని అదుపులోనే మనం ఉంటాము. సుఖ దుఃఖాలు కూడా అంతే. ఆనందం సంచారీ భావాలకు అతీతమైన స్థితి; ఇందులో నిలవాలంటే జాగరూకులమై (Alert) ఉండాలి. అప్పుడే పైకీ క్రిందికీ

తిరుగుతున్న సుఖ దుఃఖాలనే రంగుల రాట్నంలో ఇరుసుగా ఉండగలం. "You be a master of your moods"

అందుకే ఆ రాజు సుఖ దుఃఖాలలో ఏది వచ్చినా హెచ్చరించగల, బైట పడవేయగల ఉంగరం కావాలన్నాడు. కానీ ఏదో కుతూహలం (Curiosity) తో ఆ ఉంగరాన్ని ఆయన విప్పి చూసి ఉంటే ఆమాటల ప్రభావం ఆయన పైన అంతగా పడేదికాదు. మనం ఉండే స్థితిని బట్టి మనం వినే మాటలకు విలువ, అర్థం ఉంటుందే కాని, అన్నిమాటలకు అన్ని సమయాలలో ఒకే అర్థం, విలువ ఉండవు. సందేశాన్ని స్వీకరించగల చేతనత్వం (Consciousnessis needed to meet it) మనలో ఉండాలి.

సంతోష సమయంలోనే లేక దుఃఖోత్కంఠ ఘడియలలోనే "ఇదికూడా జరిగి పోతుంది" అనే విషయం స్మరించగలుగుతే, ఇది నా స్వరూపం కాదు సముద్రం లాంటి నాపైన కేవలం కదిలే అలలే ఇవి అని గ్రహించగలం. "ఇదికూడా జరిగిపోతుంది" అనే స్మరణ అన్ని భావ దశలలోనూ ఏకధారగా మారినప్పుడు, ఉన్నట్టే ఉండి ఒక్కసారిగా దానిలో నుండి మనం బైట పడగలం. సాక్షులమై ఆ భావాలు వచ్చి వెళ్ళిపోతూ ఉండటం వీక్షించగలం.

ఇక అన్ని శబ్దాల మధ్య మననొక నిశ్శబ్దం ఆవరించి ఉంటుంది. అదే ఆనందం. అది మనం నిర్మించలేము. దాని నుండి విడిపోలేము.

చివరిమాట : మనలోని మనోవృత్తులుగానీ, ప్రకృతిలోని వాతావరణంగానీ మనకీ ప్రపంచంలో ఎదురయ్యే పరిస్థితులుగానీ అన్నీ నదీ ప్రవాహంలాగా నిరంతరం మారుతూనే ఉంటాయి. నదిలోని ఏ నీళ్ళలో కాలు బెట్టామో, అవే నీళ్ళలో ఇంకొక క్షణం తరువాత కాలు బెట్టడం సాధ్యంకాదు. ఇలా నదీజలం లాంటి చంచల ప్రవృత్తి గలిగిన ఈ సంసారంలో సుఖాన్ని గానీ దుఃఖాన్ని గానీ పట్టుకొని వేళ్ళాడటం సాధ్యంకాదు. తీరాన నిలబడి సాక్షిత్వంతో వీటిని వీక్షించడం నేర్చుకున్నప్పుడు కలిగే స్థితిని ఆనంద మంటారు. దీనికి మార్గం "ఇదికూడా జరిగిపోతుంది" అనే మంత్రం.

> సంకల్ప నివృత్తిలో కలిగే శాంతి,
> సుఖాపేక్షకన్నా ఎంతో ఉన్నతమైంది



స్వీకరించండి

> "జీవితాన్ని ప్రేమించడమంటే, జీవితాన్ని స్వీకరించడమే.

మీరు షేర్‌మార్కెట్ గురించి వినేఉంటారు. ఒక కంపెనీ గానీ, కర్మాగారం గానీ తన పెట్టుబడిని పెంచదలచుకున్నప్పుడు షేర్లు ప్రకటిస్తుంది. ఇలా ఒక అయిదారు కంపెనీలలో షేర్లు కొనుక్కున్న ఒక వ్యక్తి సంవత్సరము తిరగగానే అన్నింటి నుండి వస్తున్న లాభాలను పోల్చుకుని చూస్తాడు. అన్నింటికన్నా తక్కువ లాభం ఏ కంపెనీలోనైతే వస్తుందో ఆషేర్‌ను అమ్మేసి ఆడబ్బుతో బాగా లాభం వచ్చే కంపెనీలోనే మరొక షేర్ కొంటాడు. ఇలా సంవత్సరానికి ఒక కంపెనీలోషేర్ అమ్మి ఇంకొక కంపెనీలో షేర్ కొనే విధానంలో చివరికి ఆ వ్యక్తి తన పెట్టుబడి నంతా ఒకే కంపెనీలో పెట్టవచ్చుకూడా. ఇది వ్యాపారసరళి.జీవితం వ్యాపారం కాదు. అయినా వ్యక్తులు నిజజీవి తంలో కూడా ఇలాగే వ్యవహరించడానికి అలవాటు పడ్డారు. ఈ సత్యాన్ని అర్థం చేసుకుని దాన్ని అలాగే స్వీకరించడం నేర్చుకోండి. అప్పుడు దుఃఖం కలగదు.

ఇది ఎలాగంటే... ఒక పిల్లవాడి తండ్రి చిన్నతనంలోనే గతించాడు. తల్లి సర్వం తానై ఆ పిల్లవాణ్ణి పెంచింది. ఆ పిల్లవాడికి సర్వస్వం ఆ తల్లే. ఏది కావలసి వచ్చినా పిల్లలవాడు తల్లినే అడిగేవాడు. ఇంకొక వ్యక్తితో సంబంధం లేదు కనుక ఆ పిల్లవాడు తన ప్రేమనంతా తల్లి చరణాల వద్దే గుప్పించేవాడు. పాతికేండ్ల వాడైన తనయుడికి పెండ్లి చేస్తానన్నది తల్లి. ఇంకొక కొత్త వ్యక్తిని ఆ ఇంట్లోకి తీసుకురావడానికి భయపడ్డాడా పిల్లవాడు. సరే ఏమైతేనేం తల్లి బలవంతం మీద, ఆవిడే చూసి ఇష్టపడిన కోడలిని అతడు ఇంటికి తెచ్చాడు.

ఇప్పుడు ఇంటికి వచ్చిన కొత్తవ్యక్తిని కూడా ప్రేమ పంచవలసి వచ్చింది. మరి కొత్తగా ప్రేమ కొనుక్కొనివద్దామంటే అది మార్కెట్‌లో దొరకదు కదా! కాబట్టి తను తల్లికి సమర్పిస్తున్న ప్రేమ,సమయంలోనే కొంత భార్యకు పంచి ఇవ్వడం మొదలు బెట్టాడు. అంతకు ముందు తల్లి రాత్రిపూట రెండు మూడుసార్లు నిద్రలో నుండి లేచి పక్క మంచంలో పడుకొని ఉన్న తనయుడిని తృప్తిగా చూసుకుని మళ్ళీ నిద్రపోయేది. ప్రస్తుతం నూతన దంపతులువేరుగా ఒక గదిలో పడుకుంటున్నారు. మధ్య రాత్రి లేచిన తల్లికి తనయుడి దర్శనం కాక మనసంతా కలతబారి పోయేది. ఇక ఆరాత్రి నిద్ర కరువయ్యేది. తానీ లోకంలో ఒంటరిదాన్నయి పోయాననిపించేది; తాను ఎవరికీ పనికిరాకుండా పోయానని, తననెవరూ పట్టించుకోవడం లేదని అనిపించేది. ఆ మిగిలిన రాత్రంతా కుళ్ళికుళ్ళి ఏడ్చేది.

ఇది వరకు తెల్లవారి లేచిన దగ్గరనుండి పేస్టు, బ్రష్, సబ్బు, తువాలు మొదలైన ప్రతి వస్తువు కోసం 'అమ్మా-అమ్మా' అంటూ కేకలు పెట్టేవాడు ఆయన కానీ ఇప్పుడు అవన్నీ భార్యే చూస్తోంది. ఒకవేళ ఏదైనా అవసరమైనా కమలా అదెక్కడుంది, కమలా ఇదెక్కడుంది అంటూ కేకలు వేస్తున్నాడు. కొడుక్కు తనతో అవసరం తీరిపోయింది అనే భావన మనస్సులో మెదిలిన మరుక్షణం ఆవిడకు మనోవ్యాధి పట్టుకుంది. మయసును మించిన వృద్ధాప్యం రావడం మొదలు పెట్టింది. ఎప్పుడూ శరీరంలో ఏదో ఒక జబ్బు ఉంటూనే ఉంది. జుట్టు తెల్లబడి రాలిపోవడం మొదలుపెట్టింది.

కొద్దిరోజులకు ఆ నవ దంపతులకు ఒక కొడుకు పుట్టాడు. ఇక తల్లిదండ్రులకు కొడుకు ముద్దుముచ్చటల్లోనే కాలం అంతా గడుస్తోంది. తల్లి అనే కంపెనీలో పెట్టిన ప్రేమ పెట్టుబడికన్నా భార్య కంపెనీలోనూ, కొడుకు కంపెనీలోనూ అతడికి లాభం ఎక్కువగా కనపడుతోంది. ఇంకేముంది అమ్మ కంపెనీలో షేర్లు తగ్గటం మొదలుబెట్టాయి. వారికి ఇంకో ఇద్దరు పిల్లలు పుట్టేసరికి తల్లి పూర్తిగా మంచం పట్టింది. ఇంటి వెనుక వసారాలోకి ఆవిడ మకాం మార్చేశారు. ఏదో సమయానికి ఇంత అన్నం, మందు ఇవ్వడాలుతప్ప కోడలు దగ్గరికివెళ్ళదు. పనిమనిషి తిట్టుకుంటూ ఆవిడ ఒళ్ళు శుభ్రం చేసి పోతుంది. కొడుకు మాత్రం అసలు పలకరించడానికి కూడా దగ్గరికి రావడం లేదు. ఆముసలమ్మ అలాగే మంచంలో తీసుకుంటూ చనిపోయింది.

ఇలా ఎందుకు జరిగింది? దీనికి బాధ్యులెవరు? మనుషుల్లో ఇంత స్వార్థం ఎందుకు ఉంది? అనే ప్రశ్నలు ఉదయిస్తాయి. ఇది సత్యం. సంఘంలో మనకు కనిపిస్తున్న విషయమే. మానవుడు స్వార్థపరుడు. ఈ సంగతి గ్రహించి ఎటువంటి ఆపేక్షలు (Expectations) లేకుండా బ్రతక గలిగిననాడు మనం ఆనందంగా జీవించగలం. పైకథలో ముసలమ్మ స్థితికికారణం కేవలం ఆవిడే ఇంకెవరో కాదు. పైతరం క్రిందితరానికి సేవచేస్తుంది; క్రిందితరం పైతరానికి చేయదు. ఒకవేళ ఏ

కొడుకైనా మంచానబడ్డ తల్లికి సేవచేస్తే అతడు దేవుడే కాని మనిషికాదు. మామూలు మనిషికి స్వార్థం అనేది సహజ స్వభావం. అతడి దృష్టి తన క్రింది తరం (తన సంతానం) మీద ఉంటుందే కాని పైతరం (తల్లిదండ్రులు) మీద ఉండదు. ఈ సత్యాన్ని గ్రహించకుండా రేపు నా పిల్లలు నాకేదో చేస్తారు, నన్ను ప్రేమగా చూస్తారు అనుకోవడం తల్లిదండ్రుల పొరపాటు. అటువంటి కోరికలు పెట్టుకుంటే వారికి నిరాశ తప్పదు. దానినుండి దుఃఖమూ తప్పదు.

నేను వాణ్ణి చదివించాను, పెంచి పెద్దచేశాను. తిండి,బట్ట ఇచ్చాను అందుకు ప్రతిఫలంగా నాకేం లభించింది? వాడు నాకేమిచ్చాడు. అంటారు పెద్దలు. ఈ ప్రశ్నలే తప్పు. మీరు ఇవన్నీ వాడికి చేస్తే ప్రతిఫలం మీకెలాలభిస్తుది? వాడికే లాభిస్తుంది. కనుక ప్రతిఫలాన్ని ఆశించి ఈరోజు వాణ్ణి పెంచకండి. వాడు ఉన్నతంగా ఎదిగి వాడి కాళ్ళపై వాడు నిలబడటమే తప్ప వాడు మీకేదో ఇవ్వాలని మాత్రం కోరుకోకండి. మీ వృద్ధాప్యం కొరకు మీరు కొంత ధనం దాచుకోవడం కూడా అవసరం. ధనం సంగతి అలా ఉంచి వాడినుండి ప్రేమకూడా ఆశించకండి. మీ మనస్సును ఆరోగ్యంగా, బలహీన పడకుండా చూసుకుంటే శరీరం కూడా మీకు వృద్ధాప్యంలో సహకరించగలదు. అప్పుడు ఇంకెవరి నుండో మీరు సేవలు ఆశించకుండా ఆ వయసులో కూడా మీరు ఇతరులకు సహాయపడ గలరు.

ఐరోపాలో వృద్ధ జనుల జీవితాలు భారతావనిలోని వృద్ధుల జీవితాల కన్నా ఇంకా కష్టతరంగా ముందుకు సాగుతాయి. 1984లో తీసిన లెక్కల ప్రకారం కేవలం ఫ్రాన్స్‌లోనే దాదాపు రెండు లక్షల మంది వృద్ధులు ఇంకొక మార్గంలేక ఈ జీవితం కన్నా మృత్యువే నయం అనే నిరాశకు లోనైనవారు కనిపించారు. వీరిలో ఉత్సాహం నింపడానికి **"లిటిల్ బ్రదర్స్"** అనే సంస్థను స్థాపించారు. అందులో పది సంవత్సరాలకన్నా ఎక్కువ వయసు ఉన్న పిల్లలను చేర్చుకుంటారు. వారానికి ఒక్కసారి ఈ పిల్లలతో వృద్ధులు కలిసే ఏర్పాటు చేస్తారు. పిల్లలు వృద్ధుల పనులలో" సహాయం చేస్తారు. వృద్ధులు తమ అనుభవాలను కథలరూపంలో పిల్లలకు అందిస్తారు. దానితో వారి నిరర్థక జీవితాలు సార్థకమైనాయి.

అమెరికాలో సీనియర్ సిటిజన్ సెంటర్స్ స్థాపించబడ్డాయి. భారతదేశంలో కూడా చాలాచోట్ల వృద్ధాశ్రయాలు వెలశాయి.

ఏది ఏమైనా ఇవి జీవన సత్యాలు. ఇవి ఎవరి కొరకు మారవు. వీటిని మారుద్దామని చూసినా బాధ తప్పదు, ఇలా ఉండకుండా ఉంటే బాగుండును అని ఆలోచించినా బాధ తప్పదు. వీటిని ధైర్యంగా స్వీకరించాలి.

ఫ్రాన్స్‌లో "రాల్ఫ్‌శుజ్" అనే వ్యక్తి ఉండేవాడు. ఆయన గృహస్థాశ్రమంలో తన బాధ్యతలన్నీ నిర్వర్తిస్తూనే 200 భాషలు నేర్చుకున్నాడు. అనేక పుస్తకాలు ఒక భాషనుండి ఇంకో భాషలోకి అనువదించాడు. ఆయన ఉద్యోగం నుండి రిటైర్

అయినరోజు "ఇక నాకు చదువుకోవడానికి, రాసుకోవడానికి పూర్తి సమయం దొరికింది" అన్నాడు.

ఇదీ జీవితాన్ని స్వీకరించి ఆనందంతో నింపుకునే విధానం

"They hear his faintest whisper above earth's loudest song.
They see his slightest signal across the heads of the throng"

BE HAPPY IT IS A WAY OF BEING WISE
- STEPHEN KOACHI

నేను జంతువులతో కూడా జీవించగలననుకుంటాను. ఎందుకంటే వాటిలో శాంతము, సంతృప్తి ఉన్నది. అందుకే నేనెప్పుడూ నిలబడి వాటిని చూస్తూవుంటాను. అవి వాటిని హీనస్థితిని తలచుకొని బాధపడవు.రాత్రంతా మేలుకొని చీకట్లో కూచొని తాను చేసినపాపాలను తలుచుకొని బాధపడవు. దేవునిపట్ల బాధ్యతను గుర్తుచేస్తూ నన్ను విసిగించవు. వాటికి అసంతృప్తి గానీ, స్వార్థంగానీ అసలేలేదు. వాటికి పరస్పరం సాష్టాంగపడే బలహీనతలు లేవు. వేలసంవత్సరాలక్రితం జీవించిన తమ పూర్వీకులనవి పూజించవు. వాటికి ఈప్రపంచంమీద అసంతృప్తిలేదు.

– వాల్ట్ విట్ మాన్



ఆగిపోకండి

"ఆరోహణ మాక్రమణం జీవతో జీవతా అనమ్"
– వేదం.

ఉన్నతంగా ఎదగడం, ముందుకు కొనసాగడం జీవితం యొక్క ధర్మం. కాబట్టి ఆనందంగా జీవించాలంటే ఎక్కడా ఆగకండి.

"వృద్ధాప్యాన్ని మించిన శాపం లేదు" అనేమాట మనకు వినిపిస్తూ ఉంటుంది. జీవితమంతా ఆనందంగా గడపగలిగినా వృద్ధాప్యంలోనన్నా చాలా మందికి దుఃఖం చుట్టు ముడుతుంది. అందుకు కారణం ఏమిటంటే వారు వృద్ధాప్యం ప్రాంగణంలోకి ప్రవేశించిన మరుక్షణం చేతులు ముడుచుకుని ఒక మూల కూర్చుందామని చూస్తారు.

"నడుస్తున్న వాడి కాళ్ళే బలంగా ఉంటాయి. కనుక నడుస్తూ ఉండండి. నడుస్తూ ఉండండి" అంటుంది ఐతరేయ బ్రాహ్మణం.

వృద్ధులు జీవితానుభవంతో నిండి ఉంటారు. వారు ఆగిపోవడం వల్ల కేవలం వారికి దుఃఖమే కాదు, మొత్తం సంఘానికే నష్టం; ఆ తరువాతి తరాల వారికి మార్గదర్శకత్వం కరువౌతుంది.

వృద్ధాప్యంలో శారీరిక శక్తితోబాటు జ్ఞాపకశక్తి, సంకల్పశక్తి తగ్గుతుందని, మతిమరుపు వస్తుంది అనే ఒక అపోహ చాలామందిలో దాగుంది. కానీ చరిత్రను వెతికి చూస్తే కేవలం వృద్ధాప్యంలోనే తమ శక్తిని ప్రదర్శించగలిగినవారి ఉదాహరణలు ఎన్నో కనిపిస్తాయి.

సోక్రటీస్ తన నవీన తత్వదర్శనాన్ని డెబ్బై సంవత్సరాల వయసులో ప్రకటించాడు. ఎనభై ఏండ్ల వరకు దార్శనిక సిద్ధాంతాలను ప్రచారం చేసి, ఎనభై ఒకటో సంవత్సరంలో తన తత్వ ప్రచారానికి, ప్రాణానికి మధ్య ఏదో ఒకటి ఎన్నుకోవలసి రాగా, ఒక చేతిలో కమలాన్ని పట్టుకొని మరొక చేతి గిన్నెలోని విషంత్రాగి మరణించాడు.

ఇంకొక విచిత్రమైన విషయం ఏమిటంటే, తెల్లవారితే ఆయన విషం త్రాగి మరణించవలసి ఉంది. జైల్లో ఆయన చుట్టూ ఆయన శిష్యబృందమంతా కన్నీరు కారుస్తూ బరువెక్కిన గుండెలతో కూర్చుని ఉన్నారు. ఆయన మాత్రం చేతిలో కలాన్ని ఊపుతూ ఉత్సాహంగా నవ్వుతూ ఉన్నాడు. దూరంగా ఎక్కడినుండో చక్కనిపాట వినిపించడం మొదలు పెట్టింది. వెంటనే సోక్రటీస్ జైలర్‌ను పిలిచి "వెళ్ళు ఆ పాడేవాణ్ణి ఇక్కడికి తీసుకురా, నేనాపాట నేర్చుకుంటాను" అన్నాడు. జైలర్ కన్నీళ్ళు నిండిన కండ్లతో ఆయన్ను చూస్తూ "తెల్లవారితే మీప్రాణమే పోతుంటే మరి ఇంకా ఆ పాట నేర్చుకొని ఏంచేస్తారు?" అన్నాడు. ఆయన నవ్వుతూ "చావు వస్తుంది కదా అని చెప్పిముందే ఏమీ చెయ్యకుండా ఆగిపోతే ఆక్షణం నుండే వాడు శవంతో సమానమౌతాడు; అయితే నన్ను ఇప్పుడే చావమంటావా?" అన్నాడు. ఆ తరువాత ఆయన ఆరాత్రి పాట నేర్చుకొని ఉదయం ప్రాణాలు విడిచారు.

"సిసరో" తన అరవై మూడు సంవత్సరాల వయసులో లోక విఖ్యాతమైన **"ట్రీటీస్ ఆన్ ఓల్డ్ ఏజ్"** (Treatees an old age) అనే గ్రంథం వ్రాసి సరిగ్గా ఒక్క సంవత్సరానికి అంటే అరవై నాలుగవ సంవత్సరంలో గతించాడు. **"కీరో"** ఎనభై సంవత్సరాలువయసులో గ్రీకు భాష నేర్చుకున్నాడు. కవి **"గోథే"** తన మహారచన "ఫాస్ట్ (Fast) 103 సంవత్సరాల వయసులో తన మృత్యువు కన్నా కొద్ది రోజులముందే పూర్తి చేశాడు. ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ సాపేక్షసిద్ధాంతాన్ని, సామియోల్ మోర్స్ టెలిగ్రాఫ్‌ను కనుక్కున్న తరువాత కూడా పండు వృద్ధాప్యం వరకు అనేక పరిశోధనలు కొనసాగించి సైన్స్ పురోభివృద్ధికి ఎంతో కృషి చేశారు.

జార్జ్ బెర్నార్డ్‌షా, మహాత్మా టాల్‌స్టాయ్‌లు తమ ఎనభై సంవత్సరాల వృద్ధాప్యం తరువాత కూడా ఎంతో ఉత్సాహంగా తమ రచనా వ్యాసాలను కొనసా గించారు. పైగా వారు వృద్ధావస్థలో చేసిన రచనలలో, యవ్వనావస్థలో రచించిన దానికన్నా ఎక్కువ రసోత్పత్తి కనిపిస్తుంది. **"హ్విటర్‌హ్యూగో"** తన ఎనభైమూ డేండ్ల వృద్ధావస్థ, మృత్యు ఆగమన స్థితివరకు తన చరనా వ్యాసాంగాన్ని కొనసాగిం చాడు. "టెనిసన్" తన ఎనభై సంవత్సరాల వయసులో తన అద్భుతరచన "క్రాసింగ్ దివార్" (Crossing the War) ను ప్రపంచానికి అందించాడు. "రాబర్ట్ బ్రౌనింగ్" తన డెబ్భైఏడు సంవత్సరాల వయసులో మృత్యువు ఆసన్నమవడానికి కేవలం కొన్ని గంటలముందు "రెవెరీ" "ఎపిలాగ్ టు ఆస్‌లెండో" అనే రెండు మధుర కవితలను పూర్తి చేశాడు. ప్రపంచ ప్రసిద్ధ రచయిత **"H.G. వేల్స్"** తన 70 సంవత్సరాల వయసు తరువాతే దాదాపు ఒక డజను రచనలను పూర్తిచేశాడు.

సెప్టెంబరు 1, 1896 లో జన్మించిన ఆచార్య భక్తి వేదాంత స్వామి ఆగస్టు 13 1965లో అంటే తన 69 ఏండ్ల వయసులో అమెరికా వెళ్ళి International Society for Krishna Consciousness (ISKCON) ను స్థాపించాడు. అప్పటినుండి నవంబరు 14, 1977 అంటేతన 81 సంవత్సరాల మరణాసన్న సమయం వరకు

12 సంవత్సరాలు ఆ పండు వృద్ధాప్యంలో నిర్విరామంగా రాత్రింబవళ్ళు కృషిచేసి ప్రపంచం మొత్తంమీద దాదాపు 216 అద్భుతమైన కృష్ణ మందిరాలు స్థాపించాడు. లెక్కలేనన్ని ISKCON సెంటర్లు, ఉపసంస్థలు, శాఖాహార భోజనశాలలు, గురుకులాలు, సంఘాలు స్థాపించడం జరిగింది. ఆశ్చర్యమేమిటంటే అలనాడు కమ్యూనిస్ట్ సిద్ధాంతాలపై నిలిచిన రష్యా కూడా తమ భూమి మీద ఈసంస్థకు ఆశ్రయం కల్పించింది.

వీటన్నిటితో బాటు ఈ 12 సం॥ సమయంలోనే శ్రీభక్తి వేదాంత స్వామి వారు దాదాపు 50 పుస్తకాలు రచించడం జరిగింది. ఇవి కొన్ని కోట్ల సంఖ్యలో అమ్ముడుపోతున్నాయి. పడమటి దేశాలలోని విశ్వవిద్యాలయాలలో ఇవి పాఠ్య గ్రంథాలుగా కూడా బోధించబడుతున్నాయి. ఆయన ఆంగ్లంలో వ్రాసిన ఈ గ్రంథాలు రష్యన్ భాషతో బాటు 23 ఇతర భాషలలోకి అనువదించబడ్డాయి. ఒక్క ఇంగ్లీషులోనే (1988 వరకు) నాలుగు కోట్ల ముప్పై నాలుగు లక్షల ఎనభైవేల (4,34,50,000) కాపీలు, ఇతర బాషలలో అయిదుకోట్ల ఏభైమూడు లక్షల పద్నాలుగువేల (5,53,14,000) కాపీలు ప్రచురించబడ్డాయి. శ్రీ భక్తి వేదాంత స్వామి వారు బృందావనంలో సమాధి పొందబోయే సమయంలో వారి **"భగవద్గీత యథాతథం"** రెండవ ముద్రణకు వచ్చింది. దానికి కావలసిన కాగితం 76 బోగీలు కలిగిన ఒక ప్రత్యేక గూడ్స్ బండిమీద పంపవలసి వచ్చింది.

ఆలోచించండి! ఇదంతా కేవలం ఒక వృద్ధుడు సాధించిన పనే. మరి చెప్పండి వృద్ధాప్యం శాపమా?

కలకత్తా నుండి పూనా వెళుతూ రైల్లో "మహాదేవ గోవింద రానాడే" బెంగాలీ భాషలో ఉన్న దినపత్రిక కొన్నాడు. అదిచూచి ఆయన భార్య "మీకు బెంగాలీ భాష రాదుకదా మరి ఆపత్రిక ఎందుకు కొన్నారు? అని అడిగింది. ఆయన నవ్వుతూ "రెండు రోజుల ప్రయాణంలో నేను తప్పక బెంగాలీ భాష నేర్చుకోగలను" అన్నాడు. ఆ క్షణం నుండి ఆయన మనసంతా ఆ పత్రికపైనే నిలిపి, బెంగాలీ లిపిని శబ్ద నిర్మాణాన్ని పరీక్షించడం మొదలు బెట్టాడు. పూనా చేరుకున్న మరుక్షణం ఆయన తన భార్యకు మొత్తం పత్రికను చదివి వినిపించాడు. అప్పుడు ఆయన వయస్సు అరవై సంవత్సరాలు.

పురుషులేకాదు ఎందరో వనితలు తమ వృద్ధాప్యంలో పరిశ్రమించి తాము ఆనందం పొందటమే కాక ప్రపంచానికి ఎంతో పంచి ఇచ్చారు. "మేరీ నమరన్విలే" తన ఎనభైరెండేళ్ళ వయసులో పరమాణు విజ్ఞానం, అణువీక్షణ యంత్రాలను అందించింది. "మిసెస్ లూక్రెరియా" తన ఎనభైఏడేళ్ళ వయసు వరకు స్త్రీ జనోద్ధరణ, విశ్వశాంతి కొరకు నిస్వార్థ సేవాకార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటూ వచ్చింది.

ఇలా తమను తాము మరిచిపోయేలా వృద్ధాప్యంలో లోకకళ్యాణం కొరకు పాటుబడిన మహామహులు ఎందరో ఉన్నారు.

మీరుకూడా వృద్ధాప్యంలో విశ్రమిద్దామని చూశారా ఖాళీమనస్సు భూతాల నిలయమవుతుంది. లేనిపోని భయాలు మిమ్మల్ని ఆవరిస్తాయి. ప్రపంచానికి మాతో అవసరం తీరిపోయింది అనిపిస్తుంది. మమ్మల్ని ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదు అనే నిరుత్సాహం మిమ్మల్ని ఆవరిస్తుంది. ఇక మీ మనస్సు శరీరంలో లేని రోగాలను ప్రవేశపెడుతుంది. వయసును మించిన వృద్ధాప్యం మిమ్మల్ని కప్పేసి, మిమ్మల్ని మంచాన పడేలా చేస్తుంది.

కనుక లేవండి మీకే పని లేకున్నాసరే ఉత్సాహంగా నలుగురికి పనికొచ్చే పనేదైనా ప్రారంభించండి. ఏదోఒక పనిలో వ్యస్తమై ఉన్న మనస్సుకు దుఃఖపడే సమయం కూడా చిక్కదు. మీ అనుభవంతోనూ ఉత్సాహంతోనూ ఎందరిలోనో మీరు స్ఫూర్తిని నింపగలరు. మీరు ఈ లోకానికి ఏదో ఒకటి ఇవ్వగలిగినంత వరకు మీరు ఆనందంలో మునిగి ఉండగలరు.

గుర్తుంచుకోండి మీరు ఇవ్వగలిగిందే మీది కాని ఇవ్వలేనిదికాదు. కనుక మీ పనులతో మీరు ఇతరులకు ఆనందం పంచి ఇవ్వగలిగిననాడు మీలో ఆనందం నిండిఉన్నది. అనే సంగతి మీరు గుర్తించగలరు.

"పనిలో జాగరూకత, స్థితిలో ప్రసన్నత"
ఇదే నిష్కామ కర్మ యొక్క రహస్యం

ఆనందదాయక వృద్ధాప్యం
కొన్ని సూచనలు

1. వృద్ధాప్యం అన్నది అందరి జీవితంలో ఒకదశ. దాన్ని ఆహ్వానించి అంగీకరించండి.
2. మితాహారం, కొంత వ్యాయామం, తగినంత విశ్రాంతి వృద్ధాప్యంలో ఆరోగ్యానికి మూలము.
3. వృద్ధాప్యంలో ఒక వ్యాపకం అవసరం. ఆవ్యాపకం ఇతరులకు ఆసక్తి కల్గించేటట్లుగా వుంటే మరీమిన్న. వ్యాపకం లేని మనసు చింతలకు గురి అవుతుంది.
4. వృద్ధాప్యంలో మీ కాళ్ళమీద మీరు నిలబడాలంటే యుక్త వయస్సు నుంచే పొదుపు అవసరం
5. మీ స్థిరచరాస్థులు మీ తదనంతరమే మీ పిల్లలకు చెందాలి.
6. తప్పులెన్నుట విరోధానికి దారితీస్తుంది. క్షమ మైత్రిని కలగజేస్తుంది.
7. యుక్తవయస్సువారి ప్రవర్తనని విమర్శించకుండా అర్థంచేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. వారి తరం వేరే అన్న సంగతి మరవకండి.
8. ఇంటి పనులలో సహకరించి సహాయపడండి (ఉదా : పిల్లల్ని చూసుకోవడం, పిల్లలచేత చదివించడం) పరోపకారం ఇదం శరీరం.
9. ఇతరులపై అధికారము, పెత్తనము విరోధాన్ని కొని తెచ్చిపెడుతుంది. మంచిమాట, పలుకు ప్రేమానురాగాలను పెంచుతుంది.
10. వృద్ధాప్యంలో తరచూ అనారోగ్యం సహజం. మీకు సేవచేసేవారిని మెచ్చుకోండి. వారితో సహకరించండి. విమర్శించకండి.
11. వృద్ధాప్యంలో అనారోగ్యం గురించి అవసరమైన ఆందోళన మానండి.
12. మీగతంలో మంచి సంఘటనలను గుర్తుకు తెచ్చుకోండి
13. భవిష్యత్తు గురించి ఆందోళన పడకండి
14. మంచి-చెడు విధి నిర్ణయం. స్థిమితమైన మనస్సుతో సర్దుకుపోండి
15. భగవత్స్మరణ, ఆత్మవిశ్వాసం, మీ మానసిక, శారీరక, ఆరోగ్యాన్ని పెంపొంది స్తుంది.

వృద్ధాప్యపు పరిశోధనా కేంద్రం, శ్రీవేంకటేశ్వర విశ్వవిద్యాలయం
తిరుపతి వారి సౌజన్యంతో



నువ్వు నువ్వే

> "Be yourself. No one tell you'e doing it wrong"
>
> \- The season of the witch

ఒక ఊరి బైట ఒక సాధువు ఉండేవాడు. ఆయన ఎప్పుడూ నిత్యానందంలో తేలుతూ ఉండేవాడు. పాపం జీవితంలో బాగానలిగి, నానా కష్టాలుపడి ప్రతిక్షణం దుఃఖం అనుభవిస్తున్నవ్యక్తి ఒకడు ఆయన దగ్గరికి వెళ్ళాడు. ఆయన దర్శనం కొరకు చాలామంది జనంవచ్చి ఉన్నారు. కొన్ని గంటల పాటు ఎదురుచూసిన తర్వాత ఆయనకు సాధువుతో మాట్లాడే అవకాశం వచ్చింది. అప్పుడు ఆయన "మీరు పొందుతున్న ఈ శాంతి, ఆనందానికి కారణం ఏమిటి? మీరు దుఃఖం నుండి ఎలా బయట పడగలిగారు? ఏం చేస్తే నేనుకూడా ఆనందాన్ని, శాంతిని పొందుతానో చెప్పండి" అన్నాడు. ఆ సాధువు ఈయన వైపు నవ్వుతూ చూసి "ఆనందం, శాంతి పొందటానికి ఒకే మార్గం నే నేదో చేయగలను అనే భ్రమను వదులు; ఏం చేసినా నువ్వు శాంతి పొందలేవు. అసలు నీ ప్రయత్నమే అశాంతికి మూలం" అన్నాడు.

ఆవ్యక్తి విచారంగా ముఖం పెట్టి "ఏమో మీరే చెబుతున్నారో నాకు అర్థం కావడం లేదు. పైగా మీ ముఖంలో కనిపించే ప్రశాంతత, మీ చిరునవ్వులోని ఆనందం చూస్తుంటే మాత్రం నాకుచాలా ఈర్ష్యగా ఉంది" అన్నాడు. అప్పుడా సాధువు నవ్వుతూ "మీ దుఃఖానికి కారణం ఏమిటో నాకు తెలిసింది, అలాగే కూర్చోండి అది ఏమిటో తరువాత చెబుతాను అన్నాడు. ఈవ్యక్తి అలాగే కూర్చున్నాడు. ఎంతోమంది జనం వస్తున్నారు వెళ్ళిపోతున్నారు సాయంకాలం అయ్యింది, సూర్యుడస్తమించాడు. వచ్చి వెళ్ళే జనం పల్చబడ్డారు. బాగా చీకటి పడేసరికి ఆ సాధువు కుటీరం ఖాళీ అయ్యింది. ఈ వ్యక్తి సాధువు తప్ప అంతా వెళ్ళిపోయారు.

సాధువు ఈ వ్యక్తిని తనవెంట రమ్మని బైటికి కదిలివెళ్ళాడు ఈరోజు పౌర్ణమి. చంద్రుడు ఉదయించాడు. ఆశ్రమం అంతా వెన్నెల పరచుకొని ఉంది. పరిసరాలన్నీ స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. సాధువు ఆవ్యక్తి వైపుకు తిరిగి "అలా చూడు ఆపెద్దవృక్షం కనిపిస్తోంది కదా" అన్నాడు. ఆవ్యక్తి అవునన్నట్లుగా తల ఊపాడు "సరే ఈ చిన్న పూల మొక్కను చూడు" అన్నాడు. చూచానన్నట్లుగా ఈవ్యక్తి తల ఊపాడు. సాధువు నవ్వుతూ" ఇదే వీటి ఆనందానికి కారణం. ఈమొక్క ఎప్పుడూ తాను మహావృక్షం కాలేకపోయానే అని బాధపడదు; ఆవృక్షం ఈపూలమొక్క లాగాకోమలంగా లేనే సుగంధాలు వెదజల్లే పూలునాకు పూయవే అని ఆలోచించదు. మీరు ఇంకొకరితో పోల్చుకోవడం మానుకున్నప్పుడు ఆనందంగా జీవించగలరు. మీకంటే ఉన్నతంగా ఉన్నవారితో పోల్చుకున్నప్పుడు న్యూనతాభావం దుఃఖాన్ని ఇస్తుంది. మీకన్నా తక్కువ స్థానంలో ఉన్న వారితో పోల్చుకున్నప్పుడు ఒక్కక్షణం ఆనందం కలిగినా, దానివల్ల ఉత్పన్నమయ్యే అహంకారం దీర్ఘకాలంలో దుఃఖాన్ని ఇస్తుంది. కాబట్టి పోల్చుకోవడం మానేయండి" అన్నాడు.

కాబట్టి గుర్తుంచుకో "నువ్వు నువ్వే" నువ్వు ఇంకొకరిలా ఎలా ఉండగలవు? ఇంకొకరిలా ఉందామని ప్రయత్నిస్తే దుఃఖం తప్పదు.

ఈ వ్యాసం చదివిన వ్యక్తి ఒకరు "స్వామీ! మీరు ఇతరులతో పోల్చుకోవద్దు అన్నారు కదా, వివేకానంద స్వామిలాంటి ఆదర్శ పురుషులతో పోల్చుకున్నప్పుడే కదా వ్యక్తికి స్ఫూర్తికలిగి ముందుకు పురోగమించగలిగేది" అని ప్రశ్నించారు. దీనికి జవాబుగా నేను "ప్రస్తుతం మనం సఫలత పొందే విధానాన్ని గురించి చర్చించడం లేదు. ఆనందంగా జీవించే విధానం చర్చిస్తున్నాము, మీ ప్రశ్నకు జవాబు **"ఆధ్యాత్మికతరంగిణి" 'స్వధర్మం-పరధర్మం'** అనే వ్యాసంలో ఉంది చదవండి" అన్నాను.

> The worst of times often create the best opportunities (to earn)
>
> \- Donald Trump



నా నాలుగు రూపాయలు

> He who loves most spends most;
> He who hoards much loses much.
> -Tao

లోకల్ బస్‌స్టేజి షెడ్ క్రింద కూర్చొని ఏడుస్తున్న పిల్లవాణ్ణి బస్ ఫుట్‌పాత్ పైన నిలబడ్డ కండెక్టర్ కారణం అడిగాడు. పిల్లవాడు "మానాన్న ఇచ్చిన పది రూపాయలు ఎక్కడో పోయాయి. నేనేమో అబిడ్స్‌కు వెళ్ళాలి" అన్నాడు. తమబస్సు అబిడ్స్ మీదనుండే వెళుతుంది కనుక జాలిపడి కండెక్టర్ పిల్లవాణ్ణి ఎక్కించుకున్నాడు. బస్సులో ఇంకా ఏడుపు మొహం పెట్టుకు కూర్చున్న పిల్లవాణ్ణి చూసి కండెక్టర్ "ఇంకా ఏడుపు మొహం ఎందుకు నిన్ను అబిడ్స్‌లో దింపుతానుగా" అన్నాడు. పిల్లవాడు గింజుకుంటూ "మరి ఆరురూపాయల టికెట్ పోతే పది రూపాయిలో మిగిలిన నాలుగు రూపాయల మాటేమిటి? అన్నాడు.

మన దుఃఖంలో నూటికి యాభై శాతానికి మన లోభమే కారణం. మనకు లభించినదేమిటో గుర్తుండదు, కేవలం దొరకనిదే గుర్తుకొస్తుంది. అందుకే జీవితంలో తృప్తిలేదు. తృప్తిలేని జీవితానికి ఆనందం లేదు.

ఒకసారి నేను మద్రాసులో ఒక కోటీశ్వరుడి ఇంట్లో అతిధిగా దిగాను. నాలుగు రోజుల తరువాత ఆఇంటి యజమాని దిగులుగా కనిపించాడు. నేను ఆయనను కారణం అడుగుతే వ్యాపారంలో నాలుగు లక్షలు నష్టం వచ్చిందన్నాడు. నాకు చాతనైనట్టుగా ఆయన్ను ఓదార్చాను.

ఆరోజు మధ్యాహ్నం నాకు భోజనం వడ్డిస్తున్న అమ్మగారితో నేను "పాపం మీవారు చాలా దుఃఖంలో ఉన్నారు వ్యాపారంలో నాలుగు లక్షలు నష్టం వచ్చిందంట కదా" అన్నాడు. ఆవిడ నవ్వుతూ "ఆయన మాటలు నమ్మకండి స్వామీ! ఆయన లెక్కలు చాలా విచిత్రంగా ఉంటాయి" అన్నది. నేను ఆవిడను ఆశ్చర్యంగా చూసి "అయితే నష్టం రాలేదా? మరి అలాచెప్పాడెందుకు? మరి ఆనాలుగు లక్షల లెక్క ఏమిటి? అన్నాను ఆవిడ వచ్చే నవ్వును బలవంతంగా నలభైనాలుగు లక్షలు ఆపుకుంటూ "ఈసంవత్సరం లాభం వస్తుందని ఆయన అంచనా వేసుకున్నారట, కానీ నలభై లక్షలే వచ్చింది. లెక్క ప్రకారం నాలుగు లక్షలు తక్కువ లాభం వచ్చింది. రావలసింది రాకపోతే నష్టమే కదా అదీ ఆయన ఉద్దేశం" అన్నది.

పరిగ్రహం ప్రేమకు పరిపూరకం, జీవితంలో ప్రేమెంత తక్కువైతే అంతగా లోభం పెరుగుతుంది. తన సంరక్ష కొరకే ఎవరైనా డబ్బు కూడబెడదామని చూస్తారు. ఇల్లువాకిలి, బ్యాంకు బ్యాలెన్స్, పేరు ప్రతిష్ఠ ఉంటే భద్రతా భావన (Security Feeling) ఉంటుంది. సురక్షా (భద్రతా) భావన వల్ల రేపు (భవిష్యత్) భయం ఉండదు. రేపేదైనా కష్టం వస్తే ఆదుకోవడానికి డబ్బు ఉంటుంది. రేపటి భయం ఉన్నవాడే డబ్బుకూడబెడతాడు. కాని ప్రేమైక గమ్యుడికి రేపటి చింతే లేదు. ప్రేమికి ఈ రోజుచాలు. వాడి భాషలో రేపనేదేలేదు. వర్తమానం (ఈరోజు) దుఃఖపూర్ణంగా ఉన్నవాడికే రేపటి చింత ఉంటుంది. ఈరోజు ఆనందం రేపటిని మురిపింపజేస్తుంది. ఆనందపు ఘడియలలో భవిష్యత్తు లేదు. భూతకాలం అంతకన్నా ఉండదు; అక్కడ కాలం అంతమై పోతుంది. దుఃఖంలో కాలం పెరుగుతుంది. ప్రతిక్షణం భారమౌతుంది. సమయం ఎంతకూ జరగదు. అందుకే సుదీర్ఘమైన ఈ వర్తమానక్షణం అంతమైనాక రేపు ఆనందమనే సూర్యుడు ఉదయించక పోతాడా అని ఎదురుచూస్తారు అంతా. వారి ఆశలన్నీ భవిష్యత్తుమీదే. కానీ ఆరోజు వ్యవస్థ సరిగ్గా లేనిది రేపెలా బాగుంటుంది? అనే ఆలోచన వస్తుంది. అందుకే రేపటి కొరకు ఈరోజే ఇండ్లు వాకిళ్ళు సంగ్రహించుకోవడం మొదలుపెడతాము.

ఈవిధంగా వర్తమానంలో దుఃఖం కారణంగా లోభం పెంచుకుంటాం. లోభంఆశకు, ఆశ మళ్ళీ దుఃఖానికి దారితీస్తుంది. ఇదండీ తృప్తిలేని జీవితపు నాలుగురూపాయల కథ. ఇక మరిమీరే నిర్ణయించుకోండి. ధనం దాచి జీవితాన్ని పోగొట్టుకుంటారా; లేక ప్రేమ సంపాదించి ఆనందంగా జీవిస్తారా?

> **వర్తమానానికి చెందినదే నిజమైన ఆదర్శం**
> **అప్పుడే అదిసంపూర్ణమవడం అనివార్యమౌతుంది.**
> **అయితే దాని పూర్తిలో ఎవరి అహితం ఉండకూడదు.**
> **సమస్త జీవనలాలసత దాని పూర్తిలో ఏకత్రికమైనప్పుడే**
> **అది సార్థక మౌతుంది.**



మీ అందమైన సమస్యలు

> "OLD TUOUBLES ARE ALWAYS BETTER, AT LEAST YOU ARE WELL ACOUAINTED WITH THEM"

ఒక పెద్దమనిషి అష్టకష్టాల పాలైనాడు; అష్ట కష్టాలంటే.... 1. తనకెప్పుడూ అనారోగ్యం, 2.భార్య తన పుట్టింటి వాళ్ళకేమీ పెట్టలేదని, తనకు నగలు, చీరెలు తేలేదని గొణగడం,3. పెద్దబిడ్డ ప్రసూతికి పుట్టింటికి రావడం, 4. కట్నం డబ్బు పూర్తిగా పట్టుకు రమ్మని చిన్నమ్మాయిని అల్లుడు ఇంటికి పంపడం, 5.పెద్దబ్బాయికి స్కూటర్ ప్రమాదంలో కాలు విరగడం, 6. చిన్నవాడు ఇనప్పెట్టె పగలగొట్టి సినిమాల్లో చేరడానికి డబ్బుతో సహా మద్రాసుకు పారిపోవడం, 7. వ్యాపారంలో పార్టనర్ మోసంచేసి దొంగలెక్కలు చూపిస్తూ ఉండటం, 8.షాపు యజమాని అద్దెకున్న తనను ఖాళీ చేయమని కోర్టులో కేసు వేయడం.

ఇవన్నీ తట్టుకోలేక ఆ పెద్దమనిషి పాపం సన్యాసం తీసుకుందామని ఒక ఆశ్రమానికి పారిపోయాడు. వాళ్ళేమో అక్కడ బాధ్యతలన్నీ పూర్తిచేసుకొని రానిదే సన్యాస మివ్వనన్నారు. ఏంచేయాలో తోచక వెళ్ళి ఒక చెట్టుక్రింద కూర్చుంటే నెత్తి మీద కాకిరెట్టవేసింది. విసుక్కుంటూ అక్కడినుండిలేచి వెళుతుంటే ఊరకుక్కలు ఎగబడ్డాయి. ఇక అతడికి జీవితంమీద పూర్తిగా విరక్తి కలిగింది. ఆత్మహత్య చేసుకుందామని నదిలో దూకాడు. అప్పుడుకాని గుర్తుకురాలేదు తనకి ఈతవచ్చుఅని. ఇక ఈదుకుంటూ ఒడ్డుకు వచ్చాడు. ఒక ప్రక్కన బట్టలారుతూ ఉంటే ఇంకో పక్కన ఎలా చావాలో అని ఆలోచిస్తూ కూర్చున్నాడు. చివరికి మంటల్లోపడి చావాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. ఇంకే చితికొరకు ఎండు కట్టెలు పేర్చి పెట్టడం మొదలుబెట్టాడు. సాయంకాలానికిగాని కావలసిన కట్టెలు దొరకలేదు. సరే ఇక నిప్పంటిద్దామనుకుంటుండగా ఈ విషయం తెలిసిన గ్రామస్తులు కొందరక్కడికి వచ్చారు. వారన్నారు నువ్వు ఛస్తే మాకేమీ అభ్యంతరంలేదుగానీ ఇక్కడ చావడంవల్ల శవంకాలేకంపు మాగ్రామ వాతావరణాన్ని పాడుచేస్తుంది; కాబట్టి ఎక్కడికైనా దూరంగావెళ్ళి చావు" అన్నారు.

"ఛీ! ఈపాపిష్టిలోకం నన్ను చావనన్నా చావనీయదు అనుకుంటూ ఆ పెద్దమనిషి ఒక చెట్టుక్రింద కూర్చున్నాడు. ఇంకేముంది ఆయన ముందు దేవుడు ప్రత్యక్షమైనాడు.మనవాడు నమస్కరించడానికి బదులు దేవుణ్ణి తనకొచ్చిన పదజాలాన్నంతా ఉపయోగిస్తూ తిట్టడం మొదలుబెట్టాడు. "నీకసలు బుద్ధిలేదు దేవుడా ఆ ఇచ్చే కష్టాలకు కూడా ఒక హద్దేమీ లేదా? ఈ ప్రపంచంలో కష్టాలమూట నెత్తిన బెట్టడానికి నేను తప్ప నీకు ఇంకెవరూ కనిపించలేదా, కొత్తరకమైన కష్టమేది తయారు చేసినా పంపించడానికి నీ లిస్ట్‌లో నా అడ్రసే ముందున్నట్టున్నదేమిటి? ఏదో ఒకటి రెండు కష్టాలైనా ఫరవాలేదు గాని మరీమరీ ఇంతలేసి మూటలు నెత్తినబెడతావా? మేమేమన్నా గాడిదలమనుకున్నావా?.... ఇలా సాగిపోయింది వాడి సహస్రనామార్చన దేవుడు నవ్వుతూ "నువ్వేకాదు ప్రతివాడూ నువ్వన్నమాటే అంటున్నాడు; ప్రతి ఒక్కడికీ తన కష్టాల మూట ఎదుటి వాడికన్నా పెద్దదిగానే కనబడుతోంది. ఈ ప్రపంచంలో జీవించినంతవరకు కష్టాలయితే తప్పవుగానీ, మీకిచ్చిన కష్టాల మూటే పెద్దదనే మీభావాన్ని మాత్రం తీసేస్తాను. అందుకే అందరినీ వాళ్ళవాళ్ళ కష్టాలమూటలుతీసుకొని ఈ ఊరిగుడికి రమ్మన్నాను. నువ్వుకూడా నీది తీసుకునిరా, అందరూ మీ మూటలను ఒకచోట పెడుదురుగానీ, నేను మూడు లెక్కబెట్టేసరికి మీకు నచ్చిన మూట, మీకు చిన్నదనిపించే మూట మీరు తీసుకుందురుగానీ" అని మాయమైపోయాడు.

ఇంకే మనవాడు ఆనందంగా గంతులువేసుకుంటూ తన కష్టాల మూటను నెత్తిన పెట్టుకొని గుడి వైపుగా సాగిపోయాడు. దారిలో వాడికి చాలామంది మూటలు మోసుకువస్తూ కనిపించారు. అందులో కొన్ని మనవాడి మూటకన్నా చాలా పెద్దగా ఉన్నాయి. వాటిని చూసివాడు గతుక్కుమన్నాడు. కానీ తన మూటకన్నా చిన్న మూటలు తెస్తున్న వాళ్ళు కనిపించడంతో మళ్ళీ తనను సమాధాన పరచుకున్నాడు. చివరికి ఎలాగైతేనేమి అంతా గుడికి చేరి తమ మూటలన్నీ ఒకచోట పెట్టారు.

ఇంతలో ఈ పెద్దమనిషి ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడి ఇలా ఆలోచించడం మొదలుబెట్టాడు... "అవునూ చిన్నగా ఉన్నది కదాఅని ఇంకెవడి కష్టాల మూటఅన్నా నేను తీసుకుంటే, నాకు తెలియని ఆ కొత్త కష్టాలకు నేను తట్టుకోగలనా? నా మూటలో నాకు కేవలం గొణిగే భార్యేఉంది. కానీ ఇంకొకడి మూటలో తన్నే భార్యఉందేమో? ఇప్పుడిప్పుడే మా అల్లుళ్ళు నానుండి డబ్బులాగే ఉపాయాలన్నీ నాకు అర్థమౌతున్నాయి. మళ్ళీకొత్త అల్లుళ్ళయితేవాళ్ళను అర్థంచేసుకోవడానికి ఇంకెన్నాళ్ళు పడుతుందో; ప్రస్తుతం నా వ్యాపారం అతుకు బొంతలా సాగినా, ఏన్నో ఏండ్లుగా ఆ వ్యాపారం చేస్తున్ననాకు దాన్ని నిలబెట్టు కోవడం అంత కష్టమేమీ కాదు.కానీ కొత్త మూటలో ఏదైనా బాగా నడిచే వ్యాపారం ఉంటేమాత్రం దానిలోతు పాతులు తెలియక రెండు రోజుల్లో దివాలా ఎత్తనూ.... బాబోయ్ ఏమిటో అనుకున్నా జాగ్రత్తగా ఆలోచిస్తే తెలియనివారి కష్టాలకన్నా తెలిసిన నా కష్టాలే నయం, బుద్ధి

తక్కువగా ప్రవర్తించి ఇంకావేరేఎవడి మూటైనా తీసుకున్నాను కాదు. ఇలా అనుకుంటూనే ఉన్నాడు, ఇంతలో పరమాత్మ ఒకటి, రెండు అని లెక్కపెట్టడం మొదలు బెట్టాడు. మనవాడు తనమూటవైపుకు జరిగాడు. తనమూటకు దగ్గరగా ఉన్న స్తంభంపక్కన నిలబడ్డాడు. ఇంకెవడన్నా తన మూటను గద్దలా తన్నుకుపోకముందే తనదితాను స్వాధీనం చేసుకోవాలని వాడి ఆతృత. ఇంతలో పరమాత్మ మూడు అననే అన్నాడు. ఇంకేం ఒక్క గంతులో మనవాడు తన మూటనందుకున్నాడు. కానీ ఆశ్చర్యం! వీడి మూట లాక్కోవడం కొరకు ఎవరూ వాడితో కలియబడలేదు. ప్రతివాడూ తన మూటనందుకునే గొడవలోనే ఉన్నాడు.

ఇంతలో పరమాత్మ నవ్వుతూ "అదేం! మీ కష్టాలు ఇతరుల కన్నా ఎక్కువగా ఉన్నాయన్నారు కదా మరి అవకాశం ఇచ్చినా ఇంకొకరిది తీసుకోలేదేమి? అన్నాడు. కానీ ఆయన మాటలు పట్టించుకునేవాళ్ళెవరూ అక్కడలేరు; అంతా హడావిడిగా తోసుకుంటూ గుళ్ళో నుండి బయటికి వెళదామని చూస్తున్నారు. ఆ తోపులాటలో ఈ పెద్దమనిషి కాస్త క్రింద పడ్డాడు. ఉలిక్కిపడిలేచేసరికి ఇంకా ఆచెట్టుకిందే ఉన్నాడు. ఇదంతా కలేనని తెలిసింది. తనకుతెలిసిన తన అందమైన సమస్యను ఎదుర్కోవడానికి ఆయన తన ఇంటివైపు సాగిపోయాడు.

అంతే మరి మెల్లకన్ను వాడని మీ పిల్లవాణ్ణి బైటపారేసి అందంగా ఉన్న ఇంకొకరి బిడ్డను తెచ్చిపెట్టుకుంటారా?

ఆనందంగా ఉండాలంటే మీ సమస్యలు అందమైనవని గ్రహించండి (మీకవి అర్థమౌతాయి గనుక). ఆ తరువాత వాటిని పరిష్కరించడం సులభమవు తుంది.

> Learn the divine lesson in all that happnes to you



ఊహలలో తేలిపోకండి

> "By thinking you cannot reach anywhere"

నెపోలియయన్ హిల్ (Nepoleon Hill) "ఆలోచించు (సంకల్పించు) ధనవంతుడివైపో" (Think and grow rich) అనే పుస్తక మొకటి వ్రాసాడు.

అందులో ఆయన మెర్సిడిస్ బెంజ్ లేదా రోల్సురాయిస్ కారు నీ ఇంటిముందు ఆగి ఉన్నట్లుగా ఆలోచించు, గట్టిగా సంకల్పించు, నీకు విశ్వాసం దృఢంగా ఉంటే తప్పకుండా అది నిజమౌతుంది అంటే వ్రాశాడు. You become what you think నీ ఆలోచనను బట్టే నువ్వు తయారవుతావు అనేది ఆయన ముఖ్యసూత్రం. మన ఆలోచనను బట్టి చేష్ట, దాన్నిబట్టి ఫలితంఉండటం వాస్తవమేగానీ కేవలం ఊహల్లో తేలిపోయినంతమాత్రాన అవన్నీ వాస్తవాలవుతాయా?

సరే అమెరికాలోని ప్రఖ్యాత పబ్లిషర్ ఆ పుస్తకాన్ని స్వీకరించాడు. అది మార్కెట్‌లోకి రాకముందే గొప్పగా ప్రచారం చేయబడింది. ఎంతోమంది దానికోసం ఎదురుచూస్తూ కూర్చున్నారు (కేవలం ఆలోచించడం వల్ల బంగళాలు,కార్లు, ధనరాసులు వస్తుంటే ఎవడికి చేదు? ఆ పుస్తకాలు అమ్మకానికి వచ్చిన మొదటిరోజు రచయిత నెపోలియన్ హిల్ ఒక పెద్ద పుస్తకాల షాపులో మొదటి వంద కాపీలమీద ఆటోగ్రాఫ్ (సంతకం) చేస్తూ కూర్చున్నాడు. ఇంతలో ప్రఖ్యాత ఫోర్డుకారు నిర్మాత హెన్రీఫోర్డ్ (Henry Ford) అక్కడికి వచ్చాడు. ఆయన ఈపుస్తకాన్ని చూసి ఆశ్చర్యంగా "ఇది కొత్తగా వచ్చిందా?" అని అడిగాడు. ఆషాపువాడు "అవనండి దీని రచయిత లోపల షాపులోనే ఉన్నాడు. వెళ్ళిమీరుమాట్లాడితే మాట్లాడవచ్చు" అన్నాడు. హెన్రీఫోర్డ్ నెపోలియన్ హిల్ ముందుకు వెళ్ళి నిలబడి ఆయనను పైనుండి క్రిందికి ఎగాదిగా పరీక్షగా చూసి "మీరు సంతకం చేస్తున్న పుస్తకం మీరు వ్రాసిందేనా?" అన్నాడు. నెపోలియన్ ఇదిమీకు బాగా పనికొస్తుంది తీసుకోండి. అన్నాడు. ఫోర్డు నవ్వుతూ "ఇంతకూ మీరు మీఇంటినుండి ఇక్కడికికారులో వచ్చారా? సిటీ బస్సెక్కి వచ్చారా?" అని అడిగాడు. నెపోలియన్ హిల్ ఆశ్చర్యంగా "సిటీ బస్సులోనే వచ్చాను; అయినా

నా పుస్తకానికి దీనికి సంబంధం ఏమిటి?" అన్నాడు. ఫోర్డ్ అతనికి తన విజిటింగ్ కార్డు ఇచ్చి "నేను ప్రఖ్యాత ఫోర్డు కారు నిర్మాతను, ప్రపంచ ప్రసిద్ధ కోటీశ్వరుణ్ణి, ఇదంతా కేవలం ఆలోచించడం వల్ల మాత్రం సాధించలేదు. మీరు మీసొంత కారుమీద నా దగ్గరికి వచ్చినప్పుడు తప్పక మీపుస్తకం కొంటాను, కానీ గుర్తుంచుకోండి పబ్లిషర్‌కు మీ పుస్తకాన్ని అమ్మడంవల్ల వచ్చిన డబ్బుతో కాక,కేవలం ఆలోచించే మీరు కారుసాధించాలి. అప్పుడు గానిమీరు మీపుస్తకంలో వ్రాసింది నిజమని నేను నమ్మను " అన్నాడు

మంత్రాలకు చింతకాయలు రాలవన్నట్లు, పట్టుదల ప్రయత్నంలేనిది కేవలం ఊహాలోకాల్లో విహరించడం వల్ల వాస్తవాలనే బంగారు శిఖరాలను అందుకోలేము. నా దగ్గరికి కొందరు విద్యార్థులు వస్తుంటారు. "స్వామీజీ! నాకు I.A.S చదవాలనిఉంది, మూడోసారి పదోతరగతి తప్పాను. చదువుదామని పుస్తకం చేతబట్టుకుంటే ఆలోచనలు ఎక్కడెక్కడికో వెళ్ళి వస్తూవుంటాయి. ఏంచెయ్యాలి? అని అడుగుతూ ఉంటారు. నేనంటాను "నీఆలోచనకు ఆచరణకు మధ్యపెద్ద అగాధం ఉంది. I.A.S పరీక్షకు ఎందరు మేధావులతో పోటీ ఉంటుందో నీకు తెలుసా?అసలు నీ కండ్ల ముందర ఉన్న పదోతరగతికాక నీకు I.A.S ఎలా కనిపిస్తుంది.? ముందు 10వ తరగతి పరీక్షని నీ గమ్యంగా చేసుకో, ఏకాగ్రత, పరిశ్రమ, పట్టుదల అలవరచుకో. తరువాత I.A.S గురించి ఆలోచించవచ్చు అంటూ ఉంటాను

ఊహలు పగటి కలలే గాని, వాస్తవాలు కావు. వీటిల్లో తేలిఆడేవాడు నిజ జీవితం నుండి దూరమౌతాడు; దానితో కాలం వ్యర్థమౌతుంది. అపజయం ఎదురవుతుంది. దానితోదుఃఖం, కాబట్టి ఆనందంగా జీవించాలంటే వాస్తవాలకు అనుగుణంగా జీవించాలి.

క్రిస్టియన్ దేశాలలో "క్రిస్టియన్ సైన్స్" అనే చైతన్యం ఒకటి ప్రారంభమైంది. ప్రతి ఆదివారం చర్చిలో ప్రార్థనలైన తరువాత దాని సభ్యులంతా సమావేశమై ఒకరికొకరు తమ కోరికలు, సమస్యలు అన్నీ చెప్పుకుంటారు. ఎదుటివాళ్ళు వీరికి ధైర్యం చెబుతారు. నీ సమస్యలన్నీ కేవలం ఊహలు, నిజంగా సమస్యలు లేవు. ఆవిధంగా దృఢంగా ఆలోచించుకుంటూ వారిలోకి ధైర్యాన్ని నూరిపోస్తారు.

ఒకసారి ఒక ముసలావిడ ఒక పిల్లవాణ్ణి చూసి "రెండు వారాలుగా మీనాన్న మాసమావేశాలకు రావడం లేదేమిటి? అని అడిగిందంట. ఆ పిల్లవాడు "మా నాన్నకు ఒంట్లో బాగాలేదు అందుకే రావడం లేదండి" అన్నాడు. ఆవిడ "అంతా నాన్సెన్స్ (ఉత్తమాటలు) ఆయనకు ఏజబ్బులేదు కేవలం అదంతా ఆయన ఊహేనని తాను రోగిని అనుకోవడం వల్లే స్వసమ్మోహనానికి (Self Hypnotism) లోనౌతున్నాడని నేను చెప్పానని చెప్పు" అన్నది.

మళ్ళీ ఒకవారం తరువాత ఆ పిల్లవాడు కనపడితే ఆవిడ "ఇప్పుడు మీ నాన్న ఆరోగ్యం ఎలాగుంది? నా ఆలోచన పనిచేసిందా? అని అడిగింది. ఆ పిల్లవాడు

దీర్ఘంగా నిట్టూరుస్తూ "ఇప్పుడు సమస్య ఇంకా పెద్దదయ్యిందండి, ముందు ఆయన తనకు కేవలం జబ్బుచేసిందనుకునేవాడు, ఒక ఐదు రోజులనుండి మాత్రం ఆయన తాను చచ్చిపోయాననుకుంటున్నాడు. మేము ఎంత చెప్పినా కండ్లు తెరవడంలేదు. లేచి కూర్చోవడంలేదు నిన్నటి నుండి బైటికి వాసన కూడా వదలడం మొదలు బెట్టారు. ఎప్పుడే ఆయన్ను పాతేసి వస్తున్నాం" అన్నాడు.

ఊహకు వాస్తవానికి మైళ్ళకొద్దీ దూరం ఉంటుంది. యదార్థ జీవనంలో అర్హతలు అడగబడతాయి గాని ఊహలలోకాదుకదా! కనుక జీవితంలో ఏదైనా సాధించాలంటే కావలసిన అర్హతలేని అసమర్థులు, లేదా కృషి చేసి ఆ అర్హతను సాధించుకోలేని బద్ధకస్తులు కలలలో తేలిపోతూ ఉంటారు.

పదోతరగతి నాలుగోసారి ఫేలయి ముక్కుమొహం సరిగ్గా లేని చింపిరి జుట్టుగాడు, ఇంట్లో తండ్రో తల్లో కూలిచేసి తెచ్చిన పదిరూపాయలు ఎత్తుకుపోయి సినిమాహాలులో దూరేవాడుకూడా నాకోసం టాటానో, బిర్లానో కారేసుకుని వచ్చి ఒక ఇరవై లక్షల కట్నంతోపాటు అందమైన తన కూతురునిస్తున్నట్టుగా ఊహిస్తూ కూర్చుంటాడు.

ఐదవతరగతి దాకా కష్టపడి నెట్టుకు వచ్చి ప్రస్తుతం ఆనాలుగు అక్షరాలు మరిచిపోయిన పిల్లవాణ్ణి నేనెరుగుదును, వాడికి మాట కూడా సరిగ్గారాదు. ఆరువందల రూపాయలు నెలకు ఇచ్చే ఒక గారేజీలో మెకానిక్‌లకు హెల్పర్‌గా పనిచేస్తుంటాడు.ఇంట్లో తినివెళతాడు. జీతండబ్బులు సినిమాలకు, సినిమా పాటలక్యాసెట్లకు ఖర్చుపెడతాడు.తాను సినీతార ఐశ్వర్యనైతే గాని చేసుకోనంటాడు (వాడి తండ్రి కూడా అదే అనేవాడనుకోండి). ఇలా ఊహల్లో జీవించేవారు జీవితంలో అసఫలత పొంది దానితో దుఃఖంలో మునిగి పోతుంటారు. ఇక రెండవజాతి వారుంటారు. వారు ఊహలలో జీవిద్దామని చూసి జీవితంలో ఎదురు దెబ్బలు తిన్నప్పుడు అది క్రోధంగానూ, క్రోధం కసిగానూ ప్రతీకారవాంఛగానూ మారి ప్రపంచ నాశనానికే దారి తీస్తుంది.

ఫ్రెడరిచ్‌నిట్జ్ (FREDRICH NIETZCHE) వాగ్నర్ (WAGNER) అనే సంగీత విద్వాంసుడి దగ్గర శిష్యరికం చేశాడు. వాగ్నర్ సంగీత సృష్టిలో మాంత్రికుడని చెప్పవచ్చు. అది అలనాటి కృష్ణుడి మురళినాదాన్ని మరిపించేది. ఆయన భార్య చాలా అందగత్తె. ఆవిడ ఆయన సంగీత ఝరిలో పరవశించే అతడిని వివాహమాడింది. ఫ్రెడరిచ్ సంగీత శిక్షణ కొరకు వచ్చి వాగ్నర్ భార్యతో ప్రేమలోపడ్డాడు. ఒకసారి వెళ్ళి ఈ విషయం ఆవిడతో చెప్పాడు కూడా. ఫ్రెడరిచ్‌లో వాగ్నర్‌లోని అందంకాని, కళావైదుష్యంకాని లేదు. నిజానికి ఫ్రెడరిచ్ అనాకారి కూడా. వాగ్నర్ భార్య నవ్వుతూ "నువ్వు మూర్ఖుడివిలాగున్నావు. వాగ్నర్‌తో దేవుడు పోటీబడ్డా, నేను వాగ్నర్‌నే కోరుకుంటాను. అసలు దేవుడు కూడా వాగ్నర్ అంత అందంగాను, ఆకర్షణీయంగానూ ఉంటాడనుకోను. నేను ఆయన పాటలో ఏవో

అద్భుతలోకాల నందుకుంటూ ఉంటాను. అసలప్పుడప్పుడూ నేను ఆయన భార్యనేనా? ఒకవేళ భార్యనయితే అందుకు నేను తగుదునా? అని అనుమానం వస్తూ ఉంటుంది. అటువంటి దేవుడి లాంటి భర్తను విడిచి నీలాంటి అనాకారిని, ఏ అర్హతలు లేనివాణ్ణి నేను ఎలా చేపడతాననుకున్నావు" అంది.

ఆమెచేత నిరాకరించబడ్డ ఫ్రెడరిచ్ గాయపడ్డ బెబ్బులిలా మారాడు. ఆయనకు స్త్రీ జాతిపైన, స్త్రీత్వంపైన, స్త్రైణ గుణాలపైన ద్వేషం పెల్లుబికింది. స్త్రైణ గుణాలైన జాలి, కరుణ, ప్రేమ, అహింస, వినయాలను ఉద్బోధించే జీసెస్‌ను, గౌతమబుద్ధుడిని అసహ్యించుకున్నాడు. గౌతమబుద్ధుడి కారణంగానే భారతీయులు పిరికిపందలుగా మారి తమ దేశ స్వాతంత్ర్యాన్ని కోల్పోయారన్నాడు. మూడవ స్థాయికి చెందిన సిపాయికన్నా ఈ సాధువులు వ్యర్థమన్నాడు. పురుష గుణాలైన ఉగ్రతను, హింసను, ప్రతిపాదించాడు.

తన బలహీనతను, న్యూనతా భావాన్ని అసఫలతను దాచడానికి నానా తంటాలు పడ్డాడు. సృజన శీలతలేని నిట్జ్, కళాకారుడు కాలేకపోయాడు. శారీరకంగా బలహీనుడు కనుక సిపాయీ కాలేకపోయాడు. అనాకారి కనుక తాను ప్రేమించిన స్త్రీని పొందలేకపోయాడు. తన అపజయ అక్కసునంతా ఇతరుల మీద రుద్దుదామని చూశాడు.

ఇతడిచేత ప్రభావితుడైన వాళ్ళలో మొదటివాడు "జార్జ్ బెర్నార్డ్‌షా" (George Bernard Shaw) ఈయన కూడా కురూపే. అహంకారే! కాకపోతే గొప్ప సాహిత్యాన్ని సృజించగల వైదుష్యం మాత్రం ఈయనలో ఉండేది. ఈయన కూడా గొప్ప అందగత్తె వక్త అయిన అనిబిసెంట్ (Annie Besant) చేత తిరస్కరించబడ్డాడు. వివాహంకన్నా చేయవలసిన ఉన్నతమైన పనులు తనకు ఇంకా ఎన్నో ఉన్నాయని ఆవిడ ఆయన ప్రదిపాదనను త్రోసిపుచ్చింది. ఆవిడ నిజంగా ఆమాట నిలబెట్టుకున్నదికూడా. బ్రిటిష్ రాజ్య శాసనాన్ని ఈ దేశం నుండి తరిమి వేయడానికి ప్రయత్నిస్తున్న కాంగ్రెస్‌పార్టీ, బ్రిటిష్ దేశస్థురాలైన ఈవిడనే తమ పార్టీ అధ్యక్షతకు ఎన్నుకున్నదంటే ఆవిడలోని ఆకర్షణ ఏమిటో ఊహించండి. అంతేకాక ఆవిడ ప్రపంచ ప్రసిద్ధ "థియోసోఫికల్ సొసైటీ" స్థాపించి ప్రపంచ గురువు (World Teacher) ను అందిద్దామని ప్రయత్నించింది.

ఆవిడ ఇలా ఎదిగిపోతుంటే ఆవిడతో పోటీగా ప్రపంచంలో గుర్తింపు పొందటానికి బెర్నార్డ్‌షా కూడా తన ప్రయత్నాలు మొదలెట్టాడు. అందరినీ విమర్శించడం ద్వారా తాను గొప్ప వాడౌదామనుకున్నాడు. తనలోని న్యూనతను (Inferiority) దాచుకోవడానికి ఇతరులను విమర్శిస్తారు చాలామంది. ఆఖరికి షా, షేక్స్‌పియర్‌ను కూడా విడిచి పెట్టలేదు. ఎలాగైతేనేం సాహిత్య రంగంలో ఆయనకు నోబుల్ ప్రైజు ఇస్తున్నట్లు ప్రకటించబడింది. వెంటనే షా తాను నోబుల్ ప్రైజ్‌ను తిరస్కరించినట్లుగా ప్రకటించాడు. ఇంత గొప్ప సన్మానాన్ని, ధనాన్ని కాదనడంతో

అది ఒకగొప్ప ప్రపంచ వార్తగా మారింది. ప్రపంచం నలుమూలల నుండి అలా నోబుల్ బహుమతిని తృణీకరించవద్దని ఉత్తరాలు రావడం మొదలు బెట్టాయి. పత్రికా విలేఖరులు రోజూ ఆయన దగ్గరికి వెళ్ళి ఆ రోజు ప్రపంచ ప్రముఖుల నుండి వచ్చిన ఉత్తరాలు, మళ్ళీ షా యొక్క తిరస్కారం ప్రచురిస్తూ ఉండేవారు. మీకా డబ్బుతో పనిలేక పోతే, దాన్ని స్వీకరించి ఏదైనా సంస్థకు ఇచ్చేయండి. అవి నలుగురికి ఉపయోగపడతాయి. అంటూ కొందరు ఉత్తరం వ్రాశారు. 10-12 రోజుల వరకు అన్ని పత్రికలు కేవలం ఈ విషయాన్నే ప్రముఖంగా చర్చించాయి. చివరికి తాను నోబుల్ ప్రైజ్ తీసుకొని ప్రజాసేవ చేసే సంస్థకు కొకదానికి అందించబోతున్నానని జార్జ్ బెర్నార్డ్‌షా ప్రకటించాడు. మళ్ళీ ప్రపంచ పత్రికలు, లక్షల రూపాయలను నిరాసక్తతతో త్యజించ గలిగిన ఆయన ఉదారభాన్ని కొనియాడాయి. చెక్ అందుకొని ఆ సంస్థ కార్యదర్శికి అందించినప్పుడు ఆ ఫోటోతోసహా ఆ వార్త పతాక శీర్షికగా వెలువడింది. కానీ కొద్ది రోజులకు తెలిసిన విషయం ఏమిటంటే ఆ సంస్థకూడా షా స్థాపించినదే; దాని పురోభివృద్ధికే తన డబ్బు ఇచ్చాడు. మరి ఇంత నాటక మెందు కాడావని షాను ప్రశ్నించగా "మామూలుగా ఇస్తాననగానే చెక్ తీసుకుంటే ఒకేరోజు పేపర్లో నా పేరు పడేది, అంతా మరిచిపోయేవారు. ఇలా అయితే చాలా రోజులు నా గొప్పతనం ఏ ఖర్చూ లేకుండా ప్రచారమౌతుందని అలా చేశాను" అన్నాడు.

నిట్జ్, షా లిద్దరి కన్నా కూడా అసఫలత వల్ల పెట్రేగిన ప్రతికార వాంఛతో ప్రపంచ నాశనానికి ఒడిగట్టిన మరోవ్యక్తి అడాల్ఫ్ హిట్లర్ (Adolf Hitler) ఈయన మొదట భవన నిర్మాణ కళాశాలల (School of Architecture) నుండి బహిష్కరించ బడ్డాడు. చిత్రకళా పాఠశాలల (Painting School) నుండి తృణీకరించబడ్డాడు. కంపాస్ లేకుండా ఉత్తచేత్తో వర్తులాన్ని గీయగలవాడే చిత్రకారుడు కాగలడు. హిట్లర్‌ది ఎంత చపల బుద్ధంటే సరళరేఖగీయడం కూడా అతనికి చాతకాలేదు. చివరికి సైన్యంలో చేరాడు. మొదటి ప్రపంచ యుద్ధం వచ్చింది. ఇతడెంత పిరికివాడంటే యుద్ధానికి వెళ్ళాల్సి వచ్చినప్పుడల్లా కడుపు నొప్పి, తలనొప్పి, నడుమునొప్పి అంటూ తప్పించుకుంటూ వచ్చాడు. చివరికి యుద్ధం అయిపోయాక సైన్యం నుండి కూడా ఇతణ్ణి తీసివేశారు. ఏ ఉద్యోగంలేని, ఉద్యోగం సంపాదించడానికి కూడా ఏ అర్హతలేని హిట్లర్, తనలాగే సైన్యం నుండి తీసివేయబడ్డ పదిహేడు మంది సైనికులను ఒక చోటికి చేర్చాడు. వాళ్ళలో ప్రతీకార జ్వాలలు రేపాడు. ఆ పద్దెనిమిది మంది కలిసి "నేషనల్ సోషలిస్ట్ నాజీ పార్టీ" ని స్థాపించారు. నోర్డిక్ జర్మన్‌ల (Nordic Germans) మైన మనం, పవిత్ర ఆర్యులమైన మనం ప్రపంచాన్ని పాలించాల్సిన వారం; అందుకే మనం దేవతల లాగా పొడుగ్గా తెల్లగా ఉంటాం. తక్కిన ప్రపంచ ప్రజలంతా పొట్టివాళ్ళే, నిమ్నజాతికి చెందినవారే అంటూ ఉద్బోధించాడు. నిజానికి హిట్లర్ స్వయంగా చాలా పొట్టిగా ఉండేవాడు. ఆ సంగతి ఎవరూ పట్టించుకోలేదు. సంఘటిత జర్మన్ శక్తి తయారయ్యింది. ముందు హిట్లర్ యూదులను (Jews)

లక్షల సంఖ్యలో చంపించాడు. ఎందుకంటే మోజెస్ కాలం నుండివారు దేవుని చేత ఎన్నుకోబడ్డ గొప్పజాతిగా చెప్పుకుంటున్నాను. వారు ఉంటే జర్మనులు ఆర్యులెలా అవుతారు. తన నిమ్నత్వాన్ని తొలగించుకోవడం కొరకు ఇంకొకరిని నాశనంచేసే ప్రక్రియ చివరికి రెండవ ప్రపంచ యుద్ధానికి దారితీసింది.

హిట్లర్ తనను కళలకు, ఆర్కిటెక్చర్‌కు పనికి రానన్నారనే కసితో, కళకు తాను పనికొస్తానని వారికి చూపడం కొరకు అనేక భవనాల డిజైనులు తయారు చేశాడు. అధికారం ఆయన చేతిలో ఉన్నది కనుక తప్పని పరిస్థితిలో ఆ భవనాలు నిర్మించాల్సి వచ్చింది. బెర్లిన్ పతనంతో ఆ భవనాలు కూలిపోయాయి గాని లేక పోతే అవి అసహ్యంగా ఇంకా మిగిలి ఉండేవి. అలాగే హిట్లర్ అనేక చిత్రాలందిం చాడు. అవి పడకగదుల్లో పెట్టుకున్న వారికి పీడ కలలు రావడం ఖాయం. ఇక రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో అతడు ప్రదర్శించిన క్రూరత్వం, రాక్షసత్వం వర్ణనాతీత మైంది. ఆ నరమేధంలో లక్షలమంది అంతమైనారు. ఒక్కొక్కరికి ఒక బుల్లెట్ చొప్పున వృర్థం చేయడం ఇష్టంలేక ఒక్కసారిగా కొన్నివేల మందిని గ్యాస్ చేంబర్‌లలో కుక్కి విషవాయులతో చంపేవాడు. ఈవిధమైన మనోస్థితిని ప్రదర్శించేవారు "పారనోయా వ్యాధి" కలిగి ఉంటారని మనస్తత్వ వేత్తలు చెబుతారు. ఈ వ్యాధికి లోనైనవారు రెండు రకాల భ్రమలకు లోనౌతుంటారు. తాము మాత్రమే ఈ ప్రపంచాన్ని ఏలగలమని, తరువాత ఎదుటి వారెవరో తమపై పగబడుతున్నా రనుకుంటూ ముందుగానే వారి భరతం పట్టాలని, వారిని చంపాలని ప్రయత్నిస్తారు. హిట్లర్ కూడా ఒంటరిగానే పడుకునేవాడు, భార్యను కూడా నమ్మేవాడు కాదు.

మొదటి ప్రపంచయుద్ధ సమయంలో వియన్నాతకు చెందిన ఒక వ్యభిచారిణి నుండి హిట్లర్ సిఫిలిస్ వ్యాధి తెచ్చుకున్నాడని, దానితో మెదడులోని కొన్ని భాగాలు దెబ్బతిని వాస్తవాలలో జీవించ లేక పోయాడని అంటారు. ఇదీ ఊహలో తేలిపోవడం వల్ల వచ్చే దుఃఖం. మీరు ఆనందాన్ని పొందలేరు, ప్రపం చాన్ని బ్రతకనివ్వరు. కనుక యథాతథంగా జీవితాన్ని స్వీకరించి ఇది ప్రకృతి వరంగా భావించి తమకు చాతకాని వాటిని విడిచి, చాతనైన వాటి కొరకు పరిశ్రమించి వాస్తవ జీవితంలో సాధారణ మానవులై జీవించడమే ఆనందానికి రాజమార్గం.

Super man is the fantasy for the inferiors.

న్యూనతా భావాలకు లోనయ్యేవాడే అద్భుత మానవుడిని (సూపర్‌మాన్) అవుతున్నట్లుగా కలగంటాడు. యదార్థవాది మానవత్వంతో నిండిన సాధారణ మానవుడౌదామని చూస్తాడు. అదే ఆనందదాయకం.

"He who kisses the joy as it flies
lives in Eternity's Sunrise"



కారణ దృష్టి

BLISS HAS NOT TO BE FOUND OUTSIDE, AGAINST SORROW. BLISHSHAS TO BE FOUND DEEP, HIDDEN BEHIND THE SORROW ITSELF. YOU HAVE TO DIG INTO YOUR SORROW FUL STATES AND YOU WILL FIND A WELLSPRING OF JOY.

నీ దుఃఖాలకు వ్యతిరేకంగా ఆనందం బైట లభించదు. నీ దుఃఖాల లోతులలోనే ఆనందం దాగి ఉంది. నీ దుఃఖకర పరిస్థితులలోకి నువ్వు లోతుగా (కారణాన్ని) వెతుక్కుంటూ వెళ్ళినప్పుడు, అందులోనుండే ఆనంద ప్రవంతి వెల్లివిరిస్తుంది.

ప్రతి సంఘటనవెనుక, ప్రతివ్యక్తి ప్రవర్తన వెనుక ఏదో ఒక కారణం దాగి ఉంటుంది. మన ఎదురుగా ఉన్న ఆ పరిస్థితిని, ప్రవర్తనను, సంఘటనను గాక గాని హేతువును (కారణాన్ని) వెతుక్కుంటూ వెళ్ళినప్పుడు అసలు విషయమేమిటో స్పష్టంగా కండ్ల ముందుకు వచ్చి నిలుస్తుంది. విషయాన్ని యథా తథంగా చూడగలిగినప్పుడు క్రోధం, ద్వేషం, దుఃఖం లాంటి భావోద్రేక దశలు కాక వాటి స్థానంలో ప్రేమ, ఆనందం, కరుణలాంటి శాంతభావాలు చోటు చేసుకుంటాయి.

ధ్యానం జాగరూకత (Alertness) ను ఇస్తుంది. వ్యవహారంలో సహనం, ప్రేమ, కరుణ మొదలైన గుణాలు ప్రకటమౌతాయి. ఇవన్నీ ఏకమైనప్పుడు దృష్టి స్వచ్ఛమైన మనకు కనిపించే కార్యం వెనుక ఉన్న కారణం కనిపిస్తుంది. అప్పుడు కలిగే స్థితినే ఆనందం అంటారు.

నా దగ్గర ధ్యానదీక్ష తీసుకున్న ఒకావిడ ఒకరోజు ఆశ్రమానికి వచ్చింది. నాకు వంటచేసి పెట్టడానికి వచ్చిన ఇంకొకావిడ, ఈ సాధన కొరకు వచ్చినావిడను తిట్టింది.సామాన్యంగా అయితే ఆవిడకు చాలాకోపం, ఆ కోపంలో ఆవిడను తిరిటి తిట్టవలసిందే. కాని కొద్ది రోజులుగా ధ్యానం చేస్తున్నకారణంగా ఈవిడలో కోపం తగ్గింది. కానీ ఆవిడ అన్నమాటకు మాత్రం బాధపడటం మొదలు పెట్టింది. నేను

"ఆవిడకు ఆపరేషన్‌కు సిద్ధంగా ఉన్న గడ్డ ఒకటి ఉన్నది. ఆ బాధలో ఆవిడ ఏం మాట్లాడుతోందో తెలియడం లేదు కాబట్టి నువ్వు బాధపడకు" అని చెప్పాను. కాసేపు ఈవిడ కూర్చొని ఆలోచించింది. నలభై సంవత్సరాలు దగ్గర పడుతున్న ఈవిడ కాసేపటికి తొక్కుడుబిళ్ళ ఆడటం మొదలు పెట్టింది. కూనిరాగాలు తీసింది. చిన్న పిల్లలాగా ఏదేదో చేసింది. మళ్ళీ నా దగ్గరికి వచ్చి "నాకేమైంది? ఏమన్నా పిచ్చెక్కిందా ఇలా ఎందుకు ప్రవర్తిస్తున్నాను." అని అడిగింది. నేను నవ్వుతూ "ఆవిడ తిట్లమీద దృష్టి ఉన్నప్పుడు నీకు దుఃఖం కలిగింది. దానికి కారణమైన ఆవిడ అనారోగ్యం పైకి దృష్టి వెళ్ళేసరికి నీలో జాలి, కరుణ ఉత్పన్నమయ్యాయి ఎప్పుడయితే దుఃఖం మనసులోంచి వెళ్ళి పోయిందో మరుక్షణం ఆనందం బైటికి వచ్చింది" అన్నాను.

ఇంకొక యువకుడు కూడా నావద్ద ధ్యానదీక్ష తీసుకున్నాడు. మొదట్లో నా దగ్గరికి తన కటుంబ సమస్యలకు జవాబు వెతుక్కుంటూ వచ్చాడు. ధ్యానం చేసిన తరువాత వాటికి తానే స్వయంగా జవాబు వెతుక్కోగలిగాడు. సమస్యలను కాక వాటి వెనుక ఉన్న కారణాలను చూడగల దృష్టి అతడికి ధ్యానంలో వచ్చిన తరువాత ఆనందంలో మునగగలిగాడు. అది ఎలాగో అతడు నాకు వ్రాసిన ఈ ఉత్తరం చదువుతే మీకు తెలుస్తుంది.....

29-10-92

....

శ్రీస్వామివారికి

ప్రణామములు.

ధ్యానము గురించి దాని ఫలితం గూర్చి మీరు చెప్పినపుడు, కావచ్చు చేయాలి అని అనుకున్నాను నేను. నిన్నటి (28-10-92) ఒక సంఘటన సాయంత్రం నుండి మనసు బాగాలేదు. సరియైన మార్గం కొరకు ఆజ్ఞాచక్రంలో గల కుండలిని కదిలించాలని ప్రయత్నిస్తూ "విజయం మీది!" పుస్తకం చదవడం ప్రారంభించాను. నాలో చలనం ప్రారంభమైంది. అలా 3-4 గంటలు ఉన్నాను. (ఇంకా ఉంటూనే ఉన్నాను.) దాని ఫలితం నాలో ప్రశాంతత చెప్పలేని ఆనందం ప్రశాంతత - ప్రశాంతత-ఎంతని చెప్పాలి. Self realisation (స్వాత్మ దర్శనం కలిగింది.) అది ఏమిటంటే....

తల్లిదండ్రుల గురించి ఆలోచించాను. వారికి సుఖమెక్కడ ఉంది, వారిలో ప్రశాంతత, ఆనందం ఎక్కడ వున్నాయి. లేవు. మరి వారు చికాకుగా ఉండటం సహజమే కదా! తండ్రిని తీసుకుందాము 1. నాన్నకు చిన్నపుడే తల్లి చనిపోయింది. తల్లి ప్రేమకరువైనది. 2. అన్నలు ఉన్నారు కానీ కష్టాలు చెప్పుకునే చనువులేదు. 3. స్నేహితులతో కష్టాలు, బాధలు చెప్పుకోవడానికి స్నేహితులు లేరు. 4. భార్యతో

ప్రేమగా మాట్లాడే చనువులేదు. 5. పిల్లలు-పిల్లలతో కష్టసుఖాలు చెప్పుకోలేరు. మరి తను ఎవరికి చెప్పుకోవాలి. నాన్నసుఖంగా లేరు బాధలు పంచుకోవాలి, కష్టాలు ఎక్కువ ఉన్నవి (అవి ఎలా వచ్చాయి అన్నది అసందర్భం) మరి పంచుకోవడానికి పైన చెప్పిన వారు ఎవరూ అందుబాటులో లేనప్పుడు ఎక్కడో ఒక దగ్గర తన బాధను తగ్గించుకోవాలి, అది ఎక్కడ అన్నది వారి awareness (జాగరూకత) పై ఆధారపడి ఉంటుంది. నాన్న బాధ తగ్గడానికి త్రాగుడు దగ్గరైనారు. త్రాగడం తప్పు అని నాన్నకు తెలుసు అయినా తను త్రాగుతున్నాడు తన బాధను తగ్గించుకోవడానికి, నాన్నకు వేరే ప్రత్యామ్నాయ తెలియదు. మరి నేను ఏమి చేశాను నాన్నను ద్వేషించాను, ఎందుకు? సరిగా ఏ పని చేయలేదు అని. త్రాగుతున్నాడు అని. మరి నేను చేసింది ఏమిటి - నాకు ఉన్న awareness (జాగరూకత) తో ఆధ్యాత్మికలో జీవించాను. తెలిసిన Concentration (ఏకాగ్రత) చేసాను. మీ వద్ద (Meditation) ధ్యాన దీక్ష తీసుకుని చేస్తున్నాను. నేను ధ్యానమనే మత్తుకు బానిసనై దానిలో ప్రశాంతతను, ఆనందాన్ని అనుభవిస్తు న్నాను, నాకున్న awareness (జాగరూకత) తో చెల్లెళ్ళకు ప్రశాంతతను ఇవ్వ యత్నిస్తున్నాను. వారు బాగా ఉంటున్నారు. మరి తండ్రిని మార్చలేదే! తండ్రికి త్రాగడం కాక మరొక ప్రపంచం ఉంది అందులోకి రండి మీకు ఆనందాన్ని పొందవచ్చు అని చెప్పకుండానే త్రాగడం మానాలని నేను అంటే తను మానలేడు. నా వత్తిడికి త్రాగడం మానివేసినా, నాన్న చిత్రహింసను అనుభవిస్తాడు. ఎందు కంటే దానికి alteration (ప్రత్యామ్నాయం) తనకు తెలవదు, నేను చెప్పలేదు. అటువంటప్పుడు నాన్నను నేను ద్వేషించడం మూర్ఖత్వం కాదా! ఇంకా నేను ప్రపంచ శాంతి కావాలని అంటూనే ఇంట్లోగల కన్నతండ్రినే అసహ్యించుకోవడం నా వెర్రి కాక మరి ఏమిటి!

ఇంక ఒకరోజు అర్థరాత్రి స్నేహితుడ్ని వెళ్ళి పొమ్మన్నాడని నేను తండ్రిమీద అలిగాను. నిన్నటిరోజు వరకు మాట్లాడలేదు. తండ్రికి నేను పెద్ద సపోర్టు.నాన్న తన కాళ్ళమీద నిలబడలేడని తెలుసు. నామీద ఆధారపడ్డాడని తెలుసు, తెలిసి నేను చేసిందేమిటి? నేను ఒకవిధంగా శాడిస్టునే కదా. ఇంతకంటే నీచం మరొకటి లేదు. Awareness (జాగరూకత) ఉంది అని మురిసిపోయాను. ఇంతగా నాన్నను హింసిస్తుంటే నాకు awareness (జాగరూకత) ఉండటమేమిటి, నాకు తెలివితో బాటు గర్వం బాగా పెరిగింది. ఈ Meditation (ధ్యానం) తో గర్వం వీడటంతో అసలు విషయం స్పష్టంగా గోచరిస్తున్నది. ఇప్పుడు నేను ప్రేమతో నాన్నను లాలించి మనిషిని చేయాలి. నేను మీతో అన్నాను, తల్లితండ్రులు చిన్న పిల్లల్లా కన్పిస్తున్నారు అని. మరి చిన్నపిల్లలు తప్పుచేస్తే ఏమిచేయాలి. అలా చేయకూడదు అని మంచిగా అర్థమయ్యేలా చెప్పి మార్చాలి. నాన్న ఏమన్నా అన్నా అది తనకు తెలవదు అని అనుకొని మంచిగా ఉండటమేమిటో చెప్పి నాన్నను మార్చినపుడు నాకు awareness (జాగరూకత) ఉన్నట్టుగదా. నిజంగా స్వామీ! ఈ విషయం గ్రహించాక నాలో బాధ వర్ణనాతీతం. మరుక్షణం నాన్నను మాటలతో ఓదార్చటం మొదలు పెట్టాను.

నాన్నతో తనకు కష్టాలు ఏమీ లేవని చెప్పి Confidence (విశ్వాసం) తెప్పించే ప్రయత్నంలో ఉన్నాను. నేను ఇందులో విజయం పొందాలని మీరు ఆశీర్వదించండి. త్వరలోనే నాన్నను మీ వద్దకు తీసుకుని వస్తాను. మీరు మీ ప్రయత్నం చేయగలరు.

నాలో ఈ జ్ఞానోదయం కలిగిన మరుక్షణం చెల్లెళ్ళతో పంచుకున్నాను. వాళ్ళు చాలా సంతోషించారు. సత్యనారాయణగారితో పంచుకున్నాను వారు వాటేసు కున్నారు. ఇంకా నేను గొప్పఅని ఎవరెవరికి చెప్పానో వారి వద్దకు వెళ్ళి నాది తప్పు అని చెబుతూ, నాన్నయొక్క గొప్పతనాన్ని చెబుతున్నాను. నాన్నే లేకపోతే నాలో ఇంతటి ఆలోచన వచ్చేదికాదు. ప్రతి నిముషము వెన్నంటి ఉండి నన్ను రెచ్చ గొట్టడంతో (తనకు తెలవకుండానే) నేను ఆవేశంతో ప్రతిది ఆలోచిస్తూ పనిచేసుకుంటూ ఈ స్థితికి ఎదిగాను. సృష్టిలో ప్రతిది సహజ మనుకున్నప్పుడు ప్రకృతి సహజాన్ని నేను వ్యతిరేకించకూడదు, ప్రతిదీ స్వీకరించాలి. అలా స్వీకరించి నప్పుడే నాలో awareness (జాగరూకత) ఉన్నట్లు; అలా లేకుంటే నేను వ్యర్థం. అలా ఉండాలని 30 ని॥పై Meditation (ధ్యానం)లో ఉండగలుగుతున్నాను. మామూలుగా కూడా కుండలిని కదిలిస్తున్నాను. ఫలితం నడుస్తుంటే తప్పటడుగులు పడుతున్నాయి, గాలిలో తేలిపోతున్నట్టుగా ఉంది, కూర్చుంటే ఊగిపోతున్నాను, చదివిన కొద్దీ అక్షరాలు ఊగిపోతున్నాయి. ఇంకా ప్రశాంతంగా ఉంది. ఈజీ చైర్‌లో కూర్చుని ధ్యానం చేయవచ్చా?

త్వరలోనే మీ వద్దకు (పరీక్షలయినాక) వస్తాను. Meditation (ధ్యానం) అనే drug (మందు)కు నన్ను బానిసను చేసి నందుకు మీకు ఏమీ ఇవ్వలేని ఈ నిర్భాగ్యుడిని ఆనందంగా స్వీకరించిన మిమ్మల్ని వర్ణించడానికి మాటలు కరువైనాయి. నేను point (విషయం) వరకు రాగలుగుతున్నానా? పై విషయంలో ఇంకా సూక్ష్మం ఉందా, ఉంటే చెప్పండి. చాలా విషయాలు చెల్లెళ్ళతో మాట్లాడి నప్పుడు Spontaneous (అంతఃస్ఫూర్తిగా) గా మాట్లాడగలిగాను.

పాదాభివందనములతో

మీ

"శివమ్"

నాకర్థం కావు

> యోజాగారత మృచః కామయన్తే
> యోజాగారతము సామానియన్తే (సామవేదం)

మేలుకున్నవారినే ఋచలు (ఋగ్వేద మంత్రాలు) కోరుకుంటాయి. సామవేద మంత్రాలు కూడా ఆయన దగ్గరికే వస్తాయి.

జీవితం ఒక అవకాశం. దీన్ని సరిగా ఉపయోగించుకోగల కళ మనం నేర్చుకోగలగాలి. "All animals are Programmed except humanbeing he is utterly free" జంతువులకు స్వాతంత్ర్యం ఇవ్వబడలేదు. (ప్రకృతే వాటిని అదుపు చేస్తుంది.) కేవలం మానవులకే ఈ అవకాశం ఇవ్వబడింది.

చలికాలం రాత్రి 10 గంటలకు ఒకవ్యక్తి వెళ్ళి "భీమహిడింబి భోజనశాల" తలుపు తట్టాడు. నల్లగా లావుగా ఎత్తుగా ఉన్నావిడ ఒకామె తలుపు తెరిచింది. ఆవిడ తెల్లటి ఎత్తు పండ్లు కోరలాగా కనిపిస్తున్నాయి. తనను చూసి భయంతో గుటకలు మింగుతున్న ఈ వ్యక్తిని ఏంకావాలి అని గద్దించి అడిగిందావిడ. "నాకు ఆకలిగా ఉంది ఇంత అన్నమో, రొట్టె ముక్కో దొరుకుతుందేమోనని..." నీళ్ళు నమిలాడా వ్యక్తి. వచ్చినవాడు బిచ్చగాడని తెలియగానే కోపంతో ఊగిపోయిందావిడ. "ఓహో! ఈ మధ్య బిచ్చగాళ్ళు మరీ మితిమీరి పోతున్నారన్న మాట అయితే, పదిగంటలరాత్రి తలుపులు తట్టి మరీ దర్జాగా బిచ్చమడుగు తున్నావా నాయనా! లేదు ఫో!" అంటూ తలుపులు వేసిందావిడ. ఒక ఐదు నిమిషాల తరువాత మళ్ళీ ఎవరో తలుపు కొడుతుంటే ఆవిడ విసుక్కుంటూ వెళ్ళి తలుపు తెరిచింది. ఎదురుగా అదే వ్యక్తి నిలబడి ఉన్నాడు. ఆవిడ కోపంతో ఊగిపోతూ ఏదో అవబోయింది. ఆవిడ నోరు తెరవక ముందే ఆ వ్యక్తి "ఈసారి నేను భీముడిగారితో మాట్లాడదామని వచ్చానండి" అన్నాడు.

నీకు అవకాశాలు ఇవ్వబడలేదనుకోకు – వాటిని ఉపయోగించుకునే జాగరూకత లేక ఈ దుఃఖం తప్పడంలేదని గ్రహించు. ఒకసారి ఒకావిడ నన్ను "నన్ను ఎవరైనా వెటకారం చేసినా, దెప్పి పొడుస్తూ మాట్లాడినా కూడా ఆ సమయంలో నాకు అర్థం కాదండీ! వాళ్ళు వెళ్ళిపోయిన తరువాత ఆ విషయం అర్థమయ్యి, అయ్యో అప్పుడే తెలుస్తే వెంటనే మాటకు మాట జవాబిచ్చేదాన్నే అని అనుకుని బాధపడతాను. ఇలా ఎందుకు అవుతుంది?" అని ప్రశ్నించింది. నేనప్పుడు ఒక కథ చెప్పాను...

భారతదేశంలో బౌద్ధమతం బాగా వ్యాపిస్తున్న రోజులవి. ఒకచోట రెండు బౌద్ధమఠాలు దగ్గరిగా ఉండేవి. అయితే అందులో ఒకటి హీనయాన సంప్రదాయానికి మరొకటి మహాయాన సంప్రదాయానికి చెందినవి. అందువల్ల వాటి మఠాధిపతుల కొకరి కొకరికి పడేదికాదు. వీలైనప్పుడల్లా ఆ మఠపండితులు ఈ మఠ పండితులతోను, వీరు వారితోనూ శాస్త్రార్థాలు చేస్తూ ఉండేవారు. ఒకసారి హీనయాన మఠం భిక్షువొకడు సాయం కాలం అలా గాలి పీల్చుకోవడానికి వెళుతూ ఉంటే, మహాయాన మఠం భిక్షువొకడు కనబడ్డాడు. "అన్నా! ఎక్కడికి వెళుతున్నావు?" అన్నాడా భిక్షువు. ఈ భిక్షువు 'నా కాళ్ళు తీసుకు పోతున్న చోటికి" అన్నాడు. హీనయాన భిక్షువుకు తిరిగి ఏమనాలో అర్థం కాలేదు. మఠానికి తిరిగి వచ్చాక గురువు గారితో ఈ విషయం చెబితే ఆయన "నీ కాళ్ళెటు తీసుకువెళుతున్నాయి? అని అడగలేక పోయావా"అన్నాడు. మనవాడు "అరే! నిజమే అలాగే అడగాల్సి ఉండె, నాకు తట్టలేదు సరే రేపు అడుగుతాలెండి" అన్నాడు. రెండవ రోజు సాయంకాలం మళ్ళీ ఆ ఇద్దరు దారిలో కలిశారు. మనవాడు ఉత్సాహంగా "అన్నా! ఎక్కడికి వెళుతున్నావు? అన్నాడు. మహాయాన భిక్షువు "గాలి తీసుకువెళుతున్న చోటికి" అన్నాడు. నిన్నటి లాగా కాళ్ళు తీసుకు వెళుతున్న చోటికి అంటే నీ కాళ్ళెక్కడికి తీసుకు వెళుతున్నాయి అని అడుగుదామని రిహార్సల్స్ వేసుకొని వచ్చిన మనవాడికి ఈ కొత్త జవాబును ఎలా తిప్పికొట్టాలో తెలియలేదు. మళ్ళీ ఈ విషయం గురువుగారి దాకా వచ్చింది. ఆయన కోపంగా "గాలి నెన్నెక్కడికి తీసుకు వెళుతోంది అని అడగలేకపోయావా? ఈ మాత్రం తెలియదా నీకు, ఇది కూడా చెపల్వాలా" అన్నాడు. వాడు తడబడుతూ అలాగే అలాగే రేపు తప్పక అలా అడుగుతాను అన్నాడు. మళ్ళీ తరువాతి రోజు వాళ్ళుదారిలో కలిసేసరికి మనవాడు "అన్నా! ఎక్కడికి వెళుతున్నావు?" అని యధావిధిగా అడిగాడు. మహాయాన భిక్షువు నవ్వుతూ "కాయగూరల మార్కెటుకు" అన్నాడు. మనవాడికి మళ్ళీ ఏం మాట్లాడాలో అర్థం కాలేదు.

సమయస్ఫూర్తి ఒకరు నేర్పితో వచ్చేది కాదు. అది జాగరూకత యొక్క ఫలం–

A Man of No-Mind is a man with presence of mind;
And a man of mind, a man with memory is a man who is absent.

ధ్యానంలో మనస్సును పోగొట్టుకున్నవాడికి (అమనస్కుడికి) కాలమే లేదు. మనస్సు పనిచేస్తూంటే కదా కాలం ఉండేది; కనుక ఇక అతడికి మిగిలింది వర్తమానమే (వర్తమానం కాలంలో భాగం కాదు, జీవితంలో భాగం) ఎవరికైతే మనస్సు పనిచేస్తుంటుందో వారు భూతాన్ని (జరిగిపోయినదాన్ని) గాని లేక భవిష్యత్తును (జరగాల్సినదాన్ని)గానీ చింతిస్తూ ఉంటారు. జరిగేటప్పుడు అక్కడ లేనివాడికి అక్కడ ఎలా ప్రతిస్పందించాలో ఎలా తెలుస్తుంది? కనుక సమయ స్ఫూర్తితో ప్రతిస్పందించడానికి అమనస్కస్థితి కావాలి.

"Inner calmness helps us to make the right decisions."

ప్రశాంత మనస్థితే సరైన నిర్ణయాలు తీసుకునేలా చేస్తుంది.

కాబట్టి నా అమాయకత్వాన్ని ఆధారంగా చేసుకొని, నన్ను అంతా దెప్పి పొడుస్తారు. కానీ నాకేమో ఆ విషయాలు అర్థం కావు అనకండి. ధ్యానం చేసి మీలో జాగరూకతను పెంచుకోండి. అప్పుడు వర్తమాన వ్యవహారం మీకు ఆనందాన్నిస్తుంది.



ఎంతమంది దీనిని గుర్తించగలరు?

స్త్రీల సమస్యలు

First God Created Adam. Then he looked at him and said, "I think I could do better it I tried again." So he Created Eve.

స్త్రీల సమస్యలు అనేకమున్నాయి. అయినా వాటినన్నింటినీ విడిగా ఇక్కడ విశ్లేషించడం సాధ్యంకాదు. కాని ఒక విషయం మాత్రం ఇక్కడ గుర్తించాలి. స్త్రీల సమస్యలేవీ పురుషులనుండి విడిగానూ, పురుషుల సమస్యలేవీ స్త్రీల నుండి విడిగానూ లేవు. అందుకనే ఆ సమస్యలను కొన్నింటిని దంపతుల పరంగా ఇతర వ్యాసాలలో విశ్లేషించాను. “ఆడదై పుట్టడం కన్నా అడివలో మానై పుట్టడం ఉత్తమం” అనే మాట నాకు తరచు ఆడవాళ్ళ నోటివెంట వినిపిస్తూ ఉంటుంది. కానీ నిజానికి ఈ సృష్టిలో ఎవరి సమస్యలు వారివి. అలాగే ఎవరి వసతులు వారివి. వ్యావహారికంగా పురుషులకుండే సమస్యలకన్నా స్త్రీల కుండే సమస్యలే నాకు ఎక్కువగా కనిపించాయి. కాని ఆధ్యాత్మిక దృష్టితో చూసినప్పుడు, స్త్రీలలో ఉండే స్వీకారశక్తి (Receiving power) నాకు పురుషులలో కనిపించలేదు. ఈ కారణాన ఆధ్యాత్మికతలో స్త్రీలకు అంతర్ముఖత్వం త్వరగా కలుగుతుంది.

ఏది ఏమైనప్పటికీ స్త్రీ పురుషుల శరీరాలు, మనసుల యొక్క సంపూర్ణ అవగాహన లేకపోవడం వల్లే ఎక్కువగా సమస్యలు సృష్టించబడి ప్రజలను ఆనందం నుండి దూరం చేస్తున్నాయి. కాబట్టి సహజంగా స్త్రీ పురుషుల మధ్య ఉండే మౌలికమైన భేదాలు కొన్నయినా గుర్తిస్తే ప్రజలు ఆనందంగా ఉండగలరనే ఉద్దేశంతో అవి కొన్ని ఇక్కడ ఇస్తున్నాను.

స్త్రీలు - పురుషులు

ఆలోచనా రీతుల్లోనూ, స్వభావాలలోనూ స్త్రీలకి, పురుషులకి ఎంతో తేడా ఉందని మనస్తత్వశాస్త్రజ్ఞులు పేర్కొంటున్నారు. ఆ ‘ప్రత్యేకతలు’ ఇవే.

1. ఒకవస్తువుగురించిగాని, విషయం గురించిగాని పూర్తి వివరాలు తెలుసుకునే ఆసక్తి స్త్రీలలో ఉంటుంది. ఈ ఆసక్తి పురుషులలో చాలా తక్కువగా ఉంటుంది.
2. స్త్రీల అభిప్రాయాలు ఊహలతో నిండి ఉంటాయి. పురుషుల అభిప్రాయాలు వాస్తవకతతో కూడి ఉంటాయి.
3. స్త్రీల మానసిక స్థితిని పురుషులు అర్థం చేసుకుంటారు. పురుషుల మానసిక స్థితి స్త్రీలకు తెలీదు.
4. పురుషులకన్నా స్త్రీలు సరికొత్త విషయాలలోనూ, అసాధరణమైన వాటిలోనూ ఎంతో ఆసక్తి చూపిస్తారు.
5. అత్యంత ఆధునికమైన సాంకేతిక విజ్ఞానంతో రూపొందించిన వస్తువులని కొనడానికి పురుషులు ఎంతో ఉత్సాహంతో ఉంటారు. స్త్రీలు అలా కాదు.
6. ఒకషాప్‌కి వెళ్ళినప్పుడు ఏ వస్తువులు కొనాలో పురుషులు ముందుగానే నిర్ణయించుకుంటారు. స్త్రీలు షాప్‌లోకి అడుగుపెట్టాక లిస్ట్ పెంచుకుంటూ పోతారు. అనేక సందర్భాలలో అసలు కొనవలసిన లిస్ట్‌లోంచి జారిపోతాయి.
7. స్త్రీలు అన్ని విషయాలలోనూ భద్రతకి ప్రాధాన్యత ఇస్తారు. పురుషులు తేలిగ్గా తీసిపారేసే విషయం ఇది.
8. పనులు చేసుకోవడంలో తమ సామర్థ్యంలో పురుషులకి స్త్రీల కన్నా ఎక్కువ నమ్మకం ఉంటుంది.
9. స్వంత వాహనాలు, ఆస్తులు ఉంటే ఆధిక్యతకి చిహ్నామని పురుషులు భావిస్తారు. తమ ఆధిక్యతకు భర్తే కారణమని స్త్రీలు భావిస్తారు.

TEARS : THE HYDRAULIC FORCE BY WHICH MASCULINE WILL POWER IS DEFEATED BY FEMININE WATER POWER

- Readers Digest



అన్నీ ట్యూన్ అయినాయా ?

జీవితం రేడియో సెట్టు – భర్త ఏరియల్, భార్య ఎర్తు –ఆరుద్ర

సరియైన తోడు లేకపోతే మజ్జిగే చేదెక్కుతుంది, ఇక జీవితం సంగతి ఏమని చెప్పాలి?

మీ జీవిత భాగస్వామిని ఎంచుకునేప్పుడు కాస్త ఆలోచించి, పరీక్షించి మరీ ఎన్నుకోండి. జీవితాంతం లేదా మీ ఇద్దరిలో ఎవరో ఒకరు చచ్చేవరకన్నా మీరు కలిసే జీవించాలి కదా! మరి కలిసి ఉండలేనప్పుడు విడాకులు తీసుకోవచ్చు కదా అని అనవచ్చు కానీ మన సాంఘిక వ్యవస్థలో అది అంతగా లేదు కనుక భాగస్వామిని ఎన్నుకునేప్పుడే కాస్త జాగ్రత్త పడటం మంచిది.

ప్రతి ఒక వ్యక్తికి ఒక రకమైన వాసన ఉంటుంది. అందరూ దానిని భరించలేరు కొందరే దానితో సమసమాయిక స్థితిని పొందగలరు. అలాగే కొన్ని భావాలు, అలవాట్లు ఉంటాయి, వాటిని కూడా పరీక్షించి అవి మనకు సరిపోతాయా లేదా (రెండు వైపులా) చూచుకోవడం మంచిది.

ఒకసారి వివాహమైనాక సరిపోనివి ఏమైనా ఉన్నా, పరస్పరం వాటిని గూర్చి బాహాటంగా చర్చించుకొని ఒకరి కొరకు ఇంకొకరు, కొన్నయినా అలవాట్లు మార్చుకోవడం మంచిది.

If you cannot get the work you love, love the work you get.

నీకిష్టమైన పని లభించకపోతే, లభించిన పనిని ఇష్టమైందిగా చేసుకో అంటుందొక ఆంగ్ల సూక్తి.

పరస్పరావగాహన లేకపోతే దాంపత్యంలో ఆనందం కరువౌతుంది. భార్యా భర్తల్లో మనస్పర్థలు, కలహాలు రావడానికి ముఖ్యమైన కారణం ఏమిటంటే, తన భర్త తనలాగా ఉండాలని తనలాగా ఆలోచించాలని, వ్యవహరించాలని భార్య, తన భార్య తాను చెప్పింది విని తాను నడమన్నట్లుగా నడవాలని భర్త కోరుకోవడమే.

ప్రతిభర్త తన భార్య తనను అభినందించాలని, తన గొప్పదనాన్ని ఎత్తి చూపుతూ తనను పొగడాలని కోరుకుంటాడు. తనను తన భార్య నిజంగా ఎలా అర్థం చేసుకుందో తెలుసుకోవాలను కుంటాడు. ఈ విషయాన్ని గ్రహించిన భార్య అతడు ఏవిషయంలోనన్నా విజయాన్ని పొందినప్పుడు అతణ్ణి అభినందిస్తూ, అపజయాన్ని పొందినప్పుడు ధైర్యం చెబుతూ ఉండాలి.

బాల్యంలో తల్లిని అంటి పెట్టుకొని, ఆమె లేకపోతే ఈ ప్రపంచమే లేదు అనే భావనలో పెరిగిన మొగపిల్లలు, యుక్త వయస్సులో భార్య దూరమైతే కొంప మునిగి పోతుందనుకుంటూ ఆవిడను వెలుగు ముఖం చూడనివ్వరు. తనను బంధిస్తున్నాడనే ఉక్రోషంతో అతడితో పోట్లాడకుండా అతడిని లాలిస్తూ తల్లి స్థానాన్ని ఆక్రమించి, తాను ఎప్పుడూ తన సొంతమేనని, తనను విడిచి ఎక్కడికి వెళ్ళనని మెల్లిగా నచ్చ చెప్పాలి.

అలాగే తన వారందరిని విడిచి భర్త దగ్గరికి వచ్చిన స్త్రీ, సామాన్యంగా ఆ భద్రతా భావానికి లోనై ఉంటుంది. ఆవిడ భర్త మొరటుగా ప్రవర్తించకుండా, తండ్రిలాగా ఆదరించి అనునయంగా ఆవిడ అన్ని అవసరాలు కనుక్కొని వాటిని తీర్చగలగాలి.

దంపతుల మధ్య ఏవైనా సమస్యలు ఉత్పన్నమైనప్పుడు....నిర్మొహ మాటంగా వారు ఇద్దరూ ఏకాంతంలో సమావేశమై ఈ ఐదు విషయాలను చర్చించాలి.

1. వాస్తవంగా ఉన్న పరిస్థితులేమిటి?
2. సమస్య ఏమిటి? అసలది ఎలా ప్రారంభమైంది?
3. దానివల్ల వచ్చే హాని ఏమిటి? అసలు ఏమైన హాని ఉందా? ఉంటే దాన్ని ఎలా నివారించగలం!
4. నివారించడానికి ఎన్ని మార్గాలున్నాయి? దానిలో సులభమైన దగ్గరి దారి ఏది? దాని నివారణా వ్యాసంగంలో మరేవన్నా కొత్త సమస్యలు ఉత్పన్నమయ్యే అవకాశం ఉందా?
5. దీన్ని ఏ రకంగా ఆచరించాలి? చివరికి దాన్ని ఆచరణలో పెట్టాలి.

"నువ్వు చెప్పే మాటలతో నేను ఏకీభవించను కాని నీ భావాలను ప్రకటించడానికి నీకున్న హక్కును నా జీవితాంతం సమర్థిస్తాను" అంటాడు 'రూసో'.

కనుక మీరు మీ జీవిత భాగస్వామితో ఏకీభవించలేక పోయినా వారి భావ స్వాతంత్ర్యానికి మీరు అడ్డు రానంతవరకు మీరు ఆనందంగా జీవించగలరు.

దంపతులు ఆనందంగా జీవించడానికి ఇదొక చిట్కా.
Emotions and Moods are the enemies of understanding.

అన్నీ సరిగ్గా చేద్దాం అనుకోకు

"He who never make a mistake never made a discovery"
-Bill Brandley.

ఒక వ్యక్తి కుక్కలు, పిల్లులు, చిలకలు మొదలైన పెంపుడు జంతువులు, పక్షులు అమ్మే షాపుకు వచ్చి "నాకు 67 ఎలుకలు, 23 పందికొక్కులు, 17 బల్లులు, 136 బొద్దింకలు కావాలి ఉన్నాయా?" అని అడిగాడు. ఆ షాపువాడు ఆశ్చర్యంగా ముఖంపెట్టి "ఒక నాలుగైదు తెల్ల ఎలుకలు ఉన్నాయి – అవి కూడా పెంచుకోవడానికి కాదు సగం పిచ్చివాడైన కోటీశ్వరుడొకడు ఒక పెద్దపామును పెంచుతున్నాడు దాని కొరకు ఆహారంగా తెచ్చాను! అయినా పెంచుకో దలుచుకుంటే ఇవన్నీ నీ కెందుకయ్యా హాయిగా ఒక కుక్కపిల్లనో పిల్లి పిల్లినో తీసుకుపోక" అన్నాడు. ఆ వ్యక్తి చిరాకుగా మొహంపెట్టి "అవన్నీ పెంచు కోవాలని నాకు ఏనాడూ లేదయ్యా, నిన్ననే మా ఇంటి యజమాని వచ్చి రెండేళ్ళ క్రితం నీకు నా ఇంటిని ఎలా అద్దెకిచ్చానో అలాగే ఇంటిని నాకు ఒప్పజెప్పి 10 రోజులలో ఖాళీచేయమన్నాడు...అందుకనీ" అన్నాడు. పనులన్నీ పర్ఫెక్ట్‌గా (సరిగ్గా) చేద్దామని ప్రయత్నిస్తే వచ్చే ఇబ్బంది ఇదే. తాను తీసుకున్నప్పుడు ఆ ఇంట్లో అవన్నీ ఉన్నాయి కనుక ఇప్పుడు మళ్ళీ ఆ ఇంటిని అలాగే వప్పజెప్ప డానికి చేసే ప్రయత్నం ఇలాగుంది.

నేను ఒకసారి ప్రఖ్యాత గడియారాల కంపెనీ (Jyco) మానేజింగ్ డైరెక్టర్‌తో వ్యాపారంలో ఆయన యొక్క విజయాన్ని గురించి మాట్లాడాను ఆయన విజయానికి కారణమైన నిరంతర పరిశ్రమ ఒక్కటేగాక మరొక్క విషయం చెప్పాడు. అదేమిటంటే "నా ముందుకు వంద సమస్యలొస్తే వాటికి పరిష్కారాలను ఆలస్యం లేకుండా నిర్ణయిస్తాను. ఆ నిర్ణయాలు 100% సరియైనవిగా ఉండటం అనేది ఏనాడూ

జరగదు. 10% అన్నా ఖచ్చితంగా పొరపాటు నిర్ణయాలై ఉంటాయి. నేను బాగా ఆలోచించి పరిష్కారాలు కనుక్కుంటే నూటికి నూరుశాతం నా నిర్ణయాలు సరిగ్గా ఉండే అవకాశం ఉంది, కాని అలా అయితే రోజుకు నేను కేవలం 10 సమస్యలకే పరిష్కారం కనుగొనగలను. ఈ రకంగానయితే 90 సమస్యలు పరిష్కరింప బడుతున్నాయి కదా!

ప్రతివిషయాన్ని లోపరహితంగా, పరిపూర్ణంగా నేర్చుకోవాలనుకునే విద్యార్థులు అనేకానేక గ్రంథాలు పఠిస్తారు, విస్తారమైన జ్ఞానాన్ని సంతరించు కుంటారు కానీ తాము పాసవడానికి కావలసినవి చదవక పరీక్షలు తప్పుతారు. అందువల్ల దుఃఖానికి లోనౌతారు.

అన్నీ పరిపూర్ణంగా చేయాలి అనుకునే పిచ్చిముదిరి న్యూరోసిస్‌కు దారి తీస్తుందంటారు మనస్తత్వ వేత్తలు. అటువంటి వారే చేసిందే చేస్తూ, కడిగించే కడుగుతూ, తుడిచిందే తుడుస్తూ కనిపిస్తారు. ఎన్నిసార్లు ఇల్లు తుడిచినా వారికి ఎక్కడో ఒక మూలదుమ్ము కనిపిస్తుంది. ఎన్నిసార్లు బట్టలుతికినా ఇంకా మరకలు కనిపిస్తాయి. దానితో డస్సిపోయే వరకు చాదస్తంగా ఇల్లు, ఇంట్లో వస్తువులను కడిగి తుడిచి నిద్రపోతుంటారు వారు.

నేనొక ఎకౌంటెంటును ఎరుగుదును. ఆయన ఆఫీసుకు ఒక గంట ముందు వెళ్ళేవాడు, ఒక గంట ఆలస్యంగా ఇంటికి వచ్చేవాడు. రోజంతా సిన్సియర్‌గా పనిచేసేవాడు. చేయడానికి పని లేకపోతే పాత ఎకౌంట్ పుస్తకాలన్నీ ముందేసుకుని మళ్ళీ కూడుతూ,తీసివేస్తూ, గుణిస్తూ కూర్చునేవాడు. అతనికి అదే ప్రపంచం, ఈ రుగ్మతను అరిథ్మోమానియా (Arithmomania) అంటారు మనస్తత్వవేత్తలు. ఇది ఒక రకమైన నిర్బంధ న్యూరోసిస్. వీరికి వాస్తవ ప్రపంచ స్థానంలో కల్పిత ఊహ ప్రపంచం కనిపిస్తూ ఉంటుంది. ఈ మనస్తత్వాన్ని ఆధారంగా చేసుకునే "ఏలియాస్ వండర్‌లాండ్" అనే పిల్లల కథల పుస్తకం వెలుగులోకి వచ్చింది. అందులో పేకముక్కలు, భటులు, కొంగలు, గోల్ఫ్ ఆడే కఱ్ఱలు, ఎలకలు, పిల్లులు ఒకటేమిటి అన్నీ మాట్లాడతాయి.

కాబట్టి ఆనందంగా జీవించాలంటే అన్నీ సరిగ్గా చేద్దామనుకోకండి. ఇది ఏనాటికీ సాధ్యం కాదు. పైగా ఈ జాడ్యం ముదిరితే మానసికరోగంగా మారవచ్చు కూడా.

IT'S FOOLISH TO EXPECT
PERFECTION : IT DOESN'T EXIST

నువ్వే మొయ్యి

Blame not any one else for they suffering if thou wish to be happy.

నిజంగా నీకు ఆనందంగా ఉండాలని ఉంటే ఇంకెవరూ నీ దుఃఖానికి కారణమనకు, నీ బాధ్యతను నువ్వు తీసుకున్ననాడే నువ్వు ఆనందంగా ఉండ గలవు. ఇంకెవరివల్లో నీకు దుఃఖం లభిస్తున్నది అన్నావంటే ఆ బాధ్యతంతా నువ్వు వారి మీద వేస్తున్నావన్నమాట. ఏ ఒక్క వ్యక్తి కేవలం ఇంకొకడి దుఃఖా నికి కారణంకాడు. ఏ వ్యక్తి నుండయినా నీకు సుఖం, దుఃఖం రెండూ కలిసే లభిస్తాయి. కేవలం దుఃఖం మాత్రమే లభించడం జరగదు. ప్రస్తుతం నీకు ఒక్క దుఃఖమే కనిపిస్తుంటే, రెండవది చూడగల దృష్టి నీకు రాలేదన్నమాట.

కానీ అసలు మీ దుఃఖంయొక్క బాధ్యత ఇంకొకరి చేతిలో పెట్టిన మరుక్షణం మీరు మీ స్వాతంత్ర్యాన్ని కోల్పోతారు. మీ ఆనందం మీ చేతిలో ఉండదు. మీ బటన్‌లన్నీ ఎదుటి వ్యక్తి చేతిలో ఉంటాయి. మీరు జీవమున్న మనుషులుగా కాక కేవలం యంత్రాలుగా మారిపోతారు. అతడు ఎఱ్ఱ బటన్ నొక్కితే మీకు దుఃఖం, పచ్చ బటన్ నొక్కితే సుఖం కలుగుతుంటాయి. కాబట్టి మీ సుఖ దుఃఖాలకు మీరే కారణంగా ఒప్పుకొనండి అప్పుడు మీ దుఃఖాన్ని తగ్గించుకోగల, సుఖాన్ని పెంచుకోగల అవకాశం, సామర్థ్యం రెండూ మీవవుతాయి.

సామాన్యంగా చిలక జోస్యం చెప్పేవారు, హస్త సాముద్రికులు, కోయ వాళ్ళు, జ్యోతిష్యులు చెప్పే మొదటిమాట ఏమిటంటే "మీరు మంచి చేయబోయినా చెడే ఎదురవుతుంది"అని, వెంటనే మనకు "ఎంత బాగా చెప్పాడు, సరిగ్గా ఇలాగే అవుతూ ఉంటుంది, ఈయనెవరో గొప్ప దైవజ్ఞుడిలా ఉన్నాడు. ఈయన కన్నీ తెలుస్తాయి, రేపేం జరగబోతోందో సరిగ్గా చెప్పగలడు" అనిపిస్తుంది. మనం చేసే మంచి ఎలాగుంటుందో, దానికి చెడు ఎలా ఎదురవుతుందో ఇది చదువుతే మీ కర్థమౌతుంది ....8సం॥ల రాము తన మిత్రుడు సోముతో ఏమిటో ఈ పెద్దవాళ్ళ మాటలు అస్సలు నమ్మకూడదు. వీళ్ళు చెప్పేవన్నీ అబద్ధాలే. వీళ్ళు చెప్పినట్లు అస్సలు చేయవద్దు.

సోము : ఏమైందిరా !

రాము : మరేమోనే ! నిన్న అమ్మ మనమెప్పుడూ మంచి పనులే చేయాలి అన్నది. మంచిపని అంటే ఏమిటి అని నేనంటే, ఎవరైనా ఏ పనైనా చేసుకోవడం చాతకానప్పుడు మనం చేసిపెట్టాలి. అటువంటి మంచి పనేదైనా నువ్వు చేస్తే నేను నీకు చాక్లెట్ ఇస్తా అంది. ఇవాళ తమ్ముడు బల్లమీదున్న మిరపకాయ అందుకుందామని చూస్తున్నాడు కాని వాడికి అందటంలేదు. పోనీలే పాపం ఈ ఒక్క మంచి పనన్నా చేద్దామని వాడికి అది తీసి ఇచ్చా. వాడేమో అది నోట్లో పెట్టుకొని ఏడవడం మొదలు బెట్టాడు; అమ్మ జరిగిన సంగతి తెలుసుకుని చాక్లెట్ ఇవ్వకపోగా కొట్టింది మరి.

కాబట్టి నువ్వు ఆనందంగా ఉండాలనుకుంటే, మంచిగానీ చెడుగానీ చేయ ప్రయత్నించకు. నువ్వు మంచివాడివైన మరుక్షణం, నీలో ఆనందం పొంగిపొర్లిన మరుక్షణం, నువ్వు చెయ్యాల్సిన అవసరం లేకుండానే అందరికీ నీవల్ల మంచి జరగడం మొదలవుతుంది.

ఇక ఇంకెవరో నన్ను గౌరవించడం లేదు అని బాధ పడేవారు కూడా ఉన్నారీ లోకంలో. అసలు ఇంకొకరు నిన్ను గౌరవించాలని ఎందుకనుకుంటు న్నావు? తన మీద తనకు సదభిప్రాయం, గౌరవం లేనివాడే ఇంకొకరి సర్టిఫికెట్ కోసం ఎదురు చూస్తాడు. బజారున పోతుంటే ఒకడెవడన్నా నమస్కరిస్తే అది చూసిన తక్కినవాళ్ళు కూడా (ఆ సర్టిఫికెట్ ఆధారంగా) వాడెవడో గొప్పవాడి లాగున్నాడనుకొని నమస్కరిస్తారనే కదా అనుకుంటారు. కానీ నిజంగా మీరు గౌరవించ దగ్గంత గొప్పవాళ్ళయితే వాళ్ళు నమస్కరించరా. ప్రస్తుతం ఎవరూ గౌరవించడం లేదంటే మనలో దాని అర్హత లేదన్నమాట. మరిలేనిదాని కొరకు ఆరాటం ఎందుకు? కాబట్టి ఆనందంగా ఉండాలంటే నిన్ను నువ్వే మొయ్యడం నేర్చుకో, నీ బాధ్యత తీసుకో; నీ స్థాయి పెరిగిననాడు అన్నీ అనుకూలం అవుతాయి.

HOPE FOR THE BEST AND EXPECT THE WORST



ప్రకృతి ఒడిలో

అప్పుడు బ్రిటిష్ వాళ్ళ పరిపాలనలో ఉంది భారతదేశం. కొత్తగా రైలు మార్గాలు వేస్తున్న రోజులవి. ఒక అడవి ప్రాంతంలో తయారై సిద్ధంగా ఉన్న రైల్వే స్టేషన్‌ను ప్రారంభించడానికి వచ్చాడు. ఆ రాష్ట్ర గవర్నర్. ఈ వింతను చూడటానికి దగ్గరిగా ఉన్న అనేక కుగ్రామాలనుండి అటవిక జాతివారు వచ్చారా సభకు. వారంతా అడవి నుండి తేనె, బంక (జిగురు) తోళ్ళు, మూలికలు, విప్ప పువ్వు మొదలైన వస్తువులు సేకరించి పట్టణానికి వెళ్ళి అమ్మి వస్తుంటారు. ఆ బ్రిటిష్ గవర్నర్ రైలు ఉపయోగం గురించి అనర్గళంగా ఆంగ్లంలో ఉపన్యసిస్తూ ఉన్నాడు. తమకు అర్థం కాకున్నా, వింతగా కదులుతున్న ఆయన చేతులను, పెదవులను, తలను, నోరు తెరచుకొని చూస్తూ కూర్చున్నారు వాళ్ళంతా. మధ్యలో ఆ గవర్నర్ వారి నొకప్రశ్న వేశాడు. పక్కనే ఉన్న అనువాదకుడు ఇలా అనువదించాడు......"ఒకసారి మీరు మోసుకుపోగలిగినన్ని వస్తువులను సేకరించ డానికి మీకు ఎన్ని రోజులు పడుతుంది? మళ్ళీ వాటిని పట్నంలో అమ్మి రావడానికి ఎన్ని రోజులు పడుతుంది?" వారన్నారు "అయ్యా ! మేము మోసుకు పోగలంత సరుకును అడవినుంచి సేకరించడానికి మాకు ఒకరోజు పడుతుంది. పట్నానికి నడిచి వెళ్ళడానికి మూడురోజులు పడుతుంది. వాటిని అమ్మగానే తిరిగి రావడానికి తిరిగి మూడురోజులు పడుతుంది. వెరసి మొత్తం వారంరోజులు." ఈ విషయం ఇంగ్లీషులో అనువదించబడగానే గవర్నర్ "మీ జీవితాల్లో ఇక మార్పు వస్తుంది. నిరంతరం పరిశ్రమించే మీకు ఇక విశ్రాంతి లభిస్తుంది. రైల్లో వెళ్ళారంటే మీరు మూడు రోజులలో చేరే పట్టణాన్ని మూడు నాలుగు గంటలలోనే చేరుకోగలరు. అక్కడ మీ సరుకులు అమ్ముకొని తిరుగు రైల్లో ప్రయాణం చేసి సాయంకాలం వరకు ఇంటికి చేరుకోగలరు. ఈ విధంగా మీకు వస్తు సేకరణకు ఒక రోజు, అమ్ముకోవడానికి ఇంకొకరోజు, మొత్తం ఏడు రోజులపని, రెండు రోజులకే కుదించబడుతోంది"అన్నాడు. ఈ విషయం అనువదించబడగానే వారు ఆశ్చర్యంగా ముఖంపెట్టి "అయితే మేము తక్కిన ఐదురోజులు ఏంచేయాలి?" అన్నారు.

మానవుడు వస్తువులను కదిలించడానికి గానీ లేపడానికి గానీ వేగంగా ప్రయాణించడానికి గానీ చక్రాన్ని కనుక్కున్నప్పుడే విజ్ఞాన ప్రగతి ప్రారంభమైంది. స్టీమ్ ఇంజన్‌ను కనుక్కున్నప్పుడు ఇది ఉన్నత శిఖరాల నందుకున్నది. ఇప్పుడీ స్పీడ్ యుగంలో గంటకు 120కి.మీ. వేగంతో ప్రయాణించే వాహనాలు నడుస్తుంటే, రోజు రోజుకు వాటికి పోటీగా ఇంకా వేగంగా ప్రయాణించగల వాహనాలు కనుక్కోబడుతున్నాయి. దీనివల్ల చాలా సమయం మిగులుతుంది అవుతుంది అంటున్నాడు. కానీ ఆ మిగిలిన సమయాన్ని ఏంచేస్తారు? అని ప్రకృతి ఒడిలోని శిశువు మనను ప్రశ్నిస్తున్నాడు. బాగా అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో ప్రజలు తమకు వారానికి ఒక్కరోజు లభించే సెలవును ఆనందంగా గడుపుదామనే ప్రయత్నంలో (అంటే తక్కిన ఆరు రోజులు సుఖ దుఃఖాలలో మునిగి ఉంటారన్నమాట) ప్రశాంతమైన ప్రాంతాలను వెతుక్కుంటూ ట్రాఫిక్ జామ్‌ల మధ్యగుండా రెండు మూడు వందల కిలోమీటర్లు ప్రయాణించి వెళతారు. అక్కడొక రెండుమూడు గంటలు గడిపి సాయంకాలం వరకు డస్సిపోయి ఇల్లు చేరుకుంటారు. ఇలా ఉంటుంది మిగిలిన సమయాన్ని వాడుకునే విధానం.

ఒకానొక కాలంలో కాశీ ప్రయాణం అంటే మరణంగా భావించేవారు. కాశీ చూసి తిరిగి వచ్చినవాడు పునర్జన్మ పొందిన వాడితో సమానమనేవాడు. కీకారణ్యాలగుండా దారి దోపిడీలవాళ్ళను, క్రూర మృగాలను ఎదుర్కొంటూ, ప్రకృతి వైపరీత్యాలకు తట్టుకుంటూ, సరియైన ప్రయాణ వసతులు, విడిది వసతులు లేక చేసే ఆ సుదీర్ఘ ప్రయాణంలో మళ్ళీ తిరిగిరావడం అంత సులభమైన విషయం కాదు. తమకు ఎదురయ్యే వారి లేదా కలిసి ప్రయాణించేవారి నిత్య జీవితానుభవాలు, ప్రయాణ అనుభవాలు, ఆ యా ప్రాంతాలవారి అలవాట్లు, అభిరుచులు, ఆ యా పట్టణాల, పల్లెల, ప్రజల భాషలు, నాగరికత, సంస్కృతి మొదలైనవెన్నో తెలుసుకోగలిగేవారు. అలా సాగిన ప్రయాణంలో భద్రత తక్కువైనా ఆ యాత్రలు విజ్ఞానదాయకంగా ఉండేవి. ఒక ఐదు సంవత్సరాల ప్రయాణానుభవం 50 సంవత్సరాల (ఒకే ఊరిలో జీవించినవాడి) జీవితానుభవాన్ని తలదన్నేది.

చక్రాలు కనుక్కోబడటంతో ఎడ్లబండ్లు, గుఱ్ఱపుబండ్లు వచ్చాయి! ప్రస్తుతం ఆ ప్రగతి విమానం వరకు వెళ్ళింది. కాలి నడకన వెళితే నెలలు సంవత్సరాలు పట్టే ప్రయాణం, విమానంలో ఒకటి రెండు గంటలలో ముగుస్తోంది. కాలినడకన వెళ్ళేప్పుడు దారి పక్కన కనిపించే పూల మొక్కల, పక్షుల, పర్వతాలు, మేఘాల, నదులు సౌందర్యం వీక్షించే అవకాశం, ప్రయాణవేగం పెరుగుతున్న కొద్దీ క్రమంగా తగ్గుతూ వచ్చింది. ప్రస్తుతం ఈ సౌంర్యానికి ఎక్కడో దూరంగా ఎక్కడో ఆకాశంలో ఎగిరేవారికి అసలు ఈ సౌందర్యం ఉన్నదనే సంగతే తెలియదు, ఇక దానిని ఆస్వాదించగల అవకాశం ఏది?ప్రకృతి ఒడిలో పవ్వళించడంవల్ల కలిగే ఆనందం ఎన్నిభౌతిక సుఖాల మధ్య మాత్రం లభిస్తుంది? ఈ రెంటిలో దేన్ని ఎన్నుకుంటారో మీ ఇష్టం.

యూజ్ అండ్ త్రో వద్దు

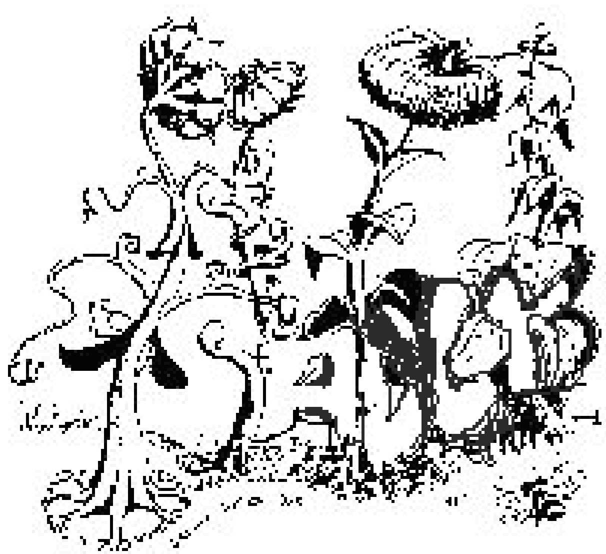
మొన్న ఒకసారి నా బాల్ పెన్నులో రీఫిల్ అయిపోతే ఒక మిత్రుడికి కొత్తది వేసి ఇవ్వమని ఇచ్చాను. ఆయన నవ్వుతూ "స్వామీ! ఇది యూజ్ అండ్ త్రో (వాడిపారేసే) జాతికి చెందిన పెన్ను, దీన్ని రీఫిల్ (మళ్ళీ నింపడం) చేయలేము" అన్నాడు. అలాగే ఈ మధ్య ఐదారుసార్లు షేవ్ (గడ్డం) చేసుకున్నాక మళ్ళీ బ్లేడ్ ఎక్కించకుండానే పారవేసే షేవర్లు కొందరు వాడుతూ ఉండటం కనిపించింది.

సుఖప్రదమైన జీవితం గడపడం కొరకు విజ్ఞానం యొక్క సహాయం తీసుకోవడం మంచిదే. కానీ అది వెఱ్ఱితలలు వేసి నప్పుడే ప్రమాదం ముంచుకు వస్తుంది. జడ వస్తుసముదాయం ద్వారా సుఖప్రాప్తిని అందించ ప్రయత్నించడంలో సైన్స్ భౌతికంగా ఎంత విజయాన్ని సాధించగలదో, మనకు తెలియకుండానే అది మన మనసులో రాక్షస ప్రవృత్తిని మేల్కొలిపి ప్రజా జీవనంలో శాంతి ఆనందం లేకుండా చేయగలదు. వస్తువులను వాడి పారేసే సంస్కృతి అమెరికన్‌లదే గాని మనది కాదు. ఎన్నో ఏండ్లుగా "యూజ్ అండ్ త్రో" వస్తువులను ఉపయోగి స్తున్న అమెరికన్ పౌరులపైన అవి ఎటువంటి వికృత ప్రభావాన్ని విడిచి పెట్టాయో జాగ్రత్తగా గమనిస్తే మీకు అవగతం కాగలదు. జడవస్తువులను వాడి పారేసి పారేసి చివరికి వారికి తెలియకుండానే అది వారి అలవాటుగా మారి, సాటి మనుషులను కూడా ఉపయోగించుకొని విడిచిపెట్టడం మొదలుబెట్టారు. అప్పుడు వారి కుటుంబ వ్యవస్థ ఎలా మారిందో ఈ జోక్ చదువుతే మీకు అర్థమౌతుంది. భార్య భర్తతో అంటోంది...."చూడండి మీ పిల్లలు నా పిల్లలు కలిసి మన పిల్లలను కొడుతున్నారు."

ప్రాణం లేని వస్తువులను వాడి పారేసిన అలవాటు చొప్పున ఎదుటి వ్యక్తులకు కూడా స్వార్థానికి ఉపయోగించుకుని వదిలివేయడం మొదలు బెడతారు. ఇకవారికి వ్యక్తులు వ్యక్తులుగా కాక తమకు సుఖాన్ని ఇస్తూ, తమ అవసరాలు తీర్చే యంత్రాలుగా

కనిపించడం మొదలుబెడతారు, ఇతరుల ప్రాణాలకు జీవితాలకు, వారి అవసరాలకు ఈ వ్యక్తి ప్రాధాన్యత ఇవ్వడు. అసలు తనలాగా వారికి కూడా హృదయ స్పందన ఉంటుంది అనే విషయాన్నే వాళ్ళు అంగీకరించ లేరు. కుటుంబములోని అందరు వ్యక్తుల మనస్థితి ఇలా మారినప్పుడు ఒకరి నొకరు వాడుకుందామని (Exploit) చూస్తారేగాని, కలిసి ఉందామని చూడగలరా? ఇలా కుటుంబ వ్యవస్థఛిన్నాభిన్నమైనాక ఆ సమాజం యొక్క పరిస్థితి ఎలా ఉంటుంది? ఇలా స్త్రీలను పురుషులు, పురుషులను స్త్రీలు వాడుకునే ప్రయత్నంలో నిరంతరం పెండ్లిళ్ళు, విడాకుల వరద సాగిపోతుంటే రోడ్డునబడ్డవారి పిల్లల గతేం కావాలి? ఆ స్త్రీ పురుషులు మాత్రం ఎంతకాలం ఇలా వ్యక్తులను మారుస్తూ ఉండగలరు? వారికి స్థిరత్వమేది? ఇటువంటి వ్యవస్థ కలిగిన సమాజంలో ఆనందమేది?

కాబట్టి "యూజ్ అండ్ త్రో" లు సుఖప్రదంగా కనిపించినా, సూక్ష్మమైన తన వికృత ప్రభావాన్ని మనసులో విడిచి, మానవత్వాన్నే దెబ్బ తీస్తాయనడంలో సందేహం లేదు. కాబట్టి యూజ్ అండ్ త్రోలు వాడటం మానండి. ఆనందంగా ఉండండి.



మొక్కలా ? మనుషులా?



ఏడవండి

WE COUGH TO CLEAR OUR THROATS, WE SIGH TO CLEAR OUR HEARTS - T.S. MATHEWS.

మనం ఉద్రేక, ఉద్వేగాలకు లోనైనప్పుడు శరీరంలోని రసాయనిక గ్రంథులు అనేక రసాలను బహిర్గతం చేస్తాయి. ఈ రసాయనాలు రక్తప్రసరణలో కలిసి శరీరాంతర్భాగాలలో తమ విధులను నిర్వహిస్తాయి. కొన్ని సందర్భాలలో అవసరానికి మించి రసాయనాలు రక్తంలో నిల్వ ఉండి పోతాయి. అవే రసాయనాలు శరీరానికి హాని కలిగించకుండా కన్నీటి ద్వారా బైటికి వచ్చేస్తాయి.

అందుకే బాగా నవ్వినా, ఏడ్చినా మీరు ఆపుకున్నా ఆగకుండా కండ్లకు నీళ్ళు వస్తాయి. ఇది ఎంతో ఆరోగ్యకరమైన విషయం. మలమూత్రం, చమట, వీర్యం బైటికి పంపడం ఎలాగో అలాగే కన్నీళ్ళనుఏ బైటికి పంపడం కూడా ఒక శారీరిక అవసరం.

"ఆడపిల్లలా ఏమిట్రా ఆ ఏడుపు" అని ఇతరులు అంటారనే భయంతో చాలా మంది మొగవాళ్ళు వచ్చే ఏడుపును బలవంతంగా ఆపుకుంటారు. కానీ మొగవాళ్ళు కూడా ఆడవాళ్ళలాగా ఏడవడం మొదలు బెడితే హృద్రోగుల సంఖ్యను సగానికి తగ్గించ వచ్చునని డాక్టర్లు చెబుతున్నారు.

ఒక్క ఏడుపే కాదు, కామం, క్రోధం, ఈర్ష్య మొదలైనవెన్నో మనం సాంఘికమైన కట్టుబాట్ల కారణంగా ప్రకటించలేక తొక్కిపడతాము. అవన్నీ అనేక రోగాల రూపంలో బైటికి వస్తాయి.

ప్రపంచ ప్రసిద్ధుడైన ఒక మహాత్ముడి దగ్గరికి అమెరికన్ యువకుడొకడు వచ్చాడు. ఈడెపల్ స్థితి (OEDIPAL SITUATION) కిలోనైన ఆ కుఱ్ఱవాడికి తన తండ్రిని చంపాలన్న కోరిక రోజు రోజుకు బలత్తరం కావడం మొదలు బెట్టింది. సైక్రియాట్రిస్టులు "నువ్వు ఇక్కడే ఉన్నావంటే నిజంగానే నీ తండ్రిని హత్యచేయగలవు జాగ్రత్త అని హెచ్చరించారు. అతడు భారత దేశానికి వచ్చి ఈ మహాత్ముడితో అన్ని విషయాలు చెప్పాడు.

ఆ మహాత్ముడు "అయితే ఇంకేం మీ నాన్నను చంపెయ్. పీడా పోతుంది" ఆ పిల్లవాడికి విషయం అర్థం కాలేదు. "అయ్యో! అదేమిటి అలా అంటారు– మా నాన్నను నేనెలా చంపాలి?" అన్నాడు. ఆ మహాత్ముడు నవ్వుతూ "నిజంగా కాదు ఉత్తుత్తగానేలే...ఒక దిండు (తలగడ) తీసుకుని దానిమీద మీనాన్న ఫోటో ఒకటి పెట్టు ఏకాంతంలో దాన్ని నీ ఇష్టమొచ్చినట్లు చెయ్యి దాన్ని గుద్దు, రక్కు, చింపు, ఉరితియ్యి, కత్తితో పొడువు, ఆఖరికి కిరసనాయిల్‌పోసి తగలబెట్టు అయితే తగల బెట్టే కార్యక్రమం చివరికి చెయ్యి లేదా మళ్ళీ ఇంకో దిండు కావలసి వస్తుంది" అన్నాడు.

ఆ యువకుడు మహాత్ముడు చెప్పినట్లే ఒక వారంరోజులు చేసివచ్చి "నాకు ఇప్పుడు నేను చేస్తున్న పనిమీద జుగుప్స, నా మనోభావం పైన పశ్చాత్తాపం, నా తండ్రి గారిపైన జాలి, ప్రేమ కలుగుతున్నాయి. ఇప్పుడు నాకు వెళ్ళి ఆయన కాళ్ళపైబడి క్షమాపణలు అడగాలనిపిస్తోంది" అన్నాడు.

సాంఘిక కట్టుబాట్ల కారణంగా మనం అందరి ముందు చేయలేని పనులు లేదా ఏ పనులైతే ఇతరులకు హాని చేస్తయ్యో అవి తొక్కి పడతాము. అవే మనకు మనశ్శాంతి లేకుండా చేస్తాయి. వీటిని వదిలించుకోవడానికి ఒకటే మార్గం ఏకాంతం కల్పించుకొని తనివిదీరా ఏడవండి, దానితోనే గుండె బరువు దిగి పోతుంది. కడుపారా నవ్వండి చిన్నపిల్లల్లా ఆడుకోవాలనిపిస్తే ఆడుకోండి–మీ కామం, క్రోధం అన్నీ ప్రదర్శించండి.

ఇంకొకరికి బాధ కలగకుండా ఆనందంగా జీవించడానికి ఇదొక మార్గం.

LOVE CONQUERS IN HARMONY

అందరికీ ఒకే కొలత

> IT MY BE THAT MEN ARE NOT EQUAL IN ALL RESPECTS, BUT THEY ARE EQUALLY MEN
>
> - HUGH GAITSKELL.

పాత నిబంధన (Old testament) కాలంలో మిడిల్ ఈస్ట్‌లో (middle East) రెండు రకాల కొలతలను వాడేవారు. ఒకటి సామాన్య కొలత (Common measrure) రెండవది రాజ కొలత (royal measure). ఈ రాజ కొలత సామాన్య కొలతకన్నా పెద్దదిగా ఉండేది. ప్రజలు రాజుగారికి సుంకాలు (taxes) చెల్లించేప్పుడు రాజ కొలతతో ఇవ్వవలసి వచ్చేది. రాజుగారు ఉద్యోగస్థులకు జీతాలు, ప్రభుత్వపు పనులుచేసే కాంట్రాక్టర్లకు బిల్లులు, ప్రజలకు అప్పులు ఇచ్చేట ప్పుడు సామాన్య కొలతతో ఇచ్చేవాడు. వారు ఈ అప్పులు తిరిగి చెల్లించేప్పుడు కూడా రాజ కొలతతోనే ఇవ్వాల్సి వచ్చేది. ఈవిధంగా రాజులకు లాభం ప్రజలకు నష్టం జరుగుతూ ఉండేది.

ఆ రోజులు, ఆ కొలతలు ఇప్పుడు స్థూలంగా లేకుండా పోయినా, మానసికంగా అవి ఇంకా మిగిలే ఉన్నాయి. మనం మన అవసరాలను, సుఖాలను, భోగాలను, పరిస్థితులను ఒక కొలతతోనూ ఇతరులవన్నీ మరొక కొలతతోనూ చూస్తాము. అందుకే దుఃఖం తప్పడంలేదు. ఎవరినన్నా మనం పలకరించినప్పుడు మనను విసుక్కున్నా, సరిగ్గా జవాబు చెప్పకపోయినా, మననుతిట్టినా, వీటికి ఎదురుగా నిలిచిన వారుగాకాక అలా అన్నవారుగానే వారి స్థానంలోనే మిమ్మల్ని ఉహించుకోండి. బహుశా ఆ వ్యక్తి స్థానంలో మీరుంటే అంతకన్నా విపరీతంగానే ప్రవర్తించే వారేమో! ఎవరిలోనన్నా మార్పు (మనతో ప్రవర్తించే విధానంలో) కనిపిస్తే, మనకు బాధ కలగడానికి కారణం, వారు శాశ్వతంగా ఇలాగే ఉంటారని, ఉండాలని అనుకోవడము, ఆశించడమే కదా! కానీ ఈ సృష్టిలో మార్పు అనేది సహజము, అనివార్యము అయిన విషయం. నిన్న పలకరించినప్పుడు ఆ వ్యక్తి ఆరోగ్యంగా

ఉన్నాడేమో అందువల్ల చక్కగా జవాబు ఇచ్చాడు. ఈ రోజు అనారోగ్యం తో బాధపడుతూ సరిగ్గా జవాబివ్వలేదు. అసలు అంత అనారోగ్యమే మనకుంటే పొలికేకలు పెట్టే వాళ్ళమేమో – ఇంకా అతడు కాబట్టి కూర్చొని మాట్లాడగలుగుతున్నాడు.

ప్రజలలోని పదిశాతం, అంటే వందమందిలో పదిమంది ఏదో ఒక ఫోబియా కలిగి ఉంటారంటారు మనస్తత్వవేత్తలు. విచిత్రమైన వ్యక్తిగత భయాలను ఫోబియాలంటారు. ఒక వ్యక్తి ఎక్కువ సమయం వరకు వెలుతురులో ఉండలేడు, వెలుతురును చూడలేడు. ఇలా కాంతిని చూసి భీతికి లోనవడాన్ని ఫోటో ఫోబియా (PHOTO PHOBIA) అంటారు. ఇంకో వ్యక్తి ఎప్పుడూ ఒంటరిగా కూర్చుంటాడు నలుగురి మధ్యకు వెళ్ళి మాట్లాడాలంటే ఎండుటాకులా వణికి పోతాడు. ఈ అర్థ రహితమైన భయాన్ని ఒఖలోఫోబియా (OCHLO PHOBIA) అంటారు. సహజంగా ఎంతో క్లిష్ట పరిస్థితిని ధైర్యంగా ఎదుర్కునే వ్యక్తి కూడా ఊరకుక్కకు భయపడి పోవచ్చు లేదా మూరెడు పామును వేలెడు కఱ్ఱతోనైనా కొట్టగల అమ్మణ్ణి చిట్టెలుకను చూసి గంతులేయవచ్చు లేదా కొన్ని జుగుప్సలకు ఎలర్జీలకు లోను కావచ్చు. ఈ జబ్బును జూఫోబియా (ZOO PHOBIA) అంటారు. బాల్యంనుండి మనం రకరకాల దశలలో వివిధ అనుభవాలకు లోనవుతూ వివిధ అభిప్రాయాలను ఏర్పరచుకుంటూ ఉంటాము. చుట్టూ ఉన్న పరిసరాలను అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాము. ఎంతో చిన్నవైనప్పటికీ కొన్ని అనుభవాలతో సర్దుకు పోలేము. అసౌఖ్యాన్ని అసహ్యాన్ని కలిగించే అనుభవాలను అణుచుకోలేము. చిన్న తనంలో తాను మూడేళ్ళపిల్లగా ఉన్నప్పుడు తల్లితో పాటు పల్లెటూరికొక దానికి బంధువుల ఇంటికి వెళ్ళింది పద్మ, రాత్రి 8గం॥లకు పడుకోబోయే ముందు బైటికెళ్ళి మూత్ర విసర్జన చేసి రమ్మన్నది తల్లి; లేదా రాత్రికి పక్క తడుపు తుందని ఆవిడ భయం. బైటికి వెళ్ళిన పద్మకు చీకట్లో చింతచెట్టు జుట్టు విరబోసుకున్న దయ్యంలాగా కనపడ్డది. ఇంతలో చెట్టు పక్కన ఏదో కదిలినట్టయ్యింది. అంతే భయపడి ఇంట్లోకి పరుగెత్తింది ఆ పిల్ల. ఆ తరువాత ఆవిడ పెరిగి పెద్దదయ్యింది. ఇప్పుడామె ముగ్గురు పిల్లల తల్లి అయినా ఆవిడకింకా చీకటి అంటే భయం పోలేదు. ఎప్పుడైనా అవసరమైన పని ఉండి చీకటిపడ్డాక బైటికి వెళ్ళాల్సివస్తే ఆవిడ వెళ్ళనంటుంది. దానితో ఆవిడ భర్త విసుక్కుంటాడు.

రాము చిన్నప్పుడు కొందరు స్నేహితులతో కలసి ఒక ఇంటి ఆవరణలో ఉన్న మామిడిచెట్టు మీది పండ్లు దొంగతనంగా కోసుకు రావడానికి వెళ్ళాడు. వాళ్ళు ఆ ఇంటి ఆవరణకున్న ఎఱ్ఱటి గేటు ఎక్కి లోపలికి దూకారు. ఇంతలో ఆ ఇంటివారి పెంపుడు కుక్క వాళ్ళ వెంటపడింది. రాము భయంతో ఆ కుక్క తరుముతూ ఉండగా తోటంతా పరుగెత్తాడు. కుక్క వెంటపడి చాలాచోట్ల కరిచింది. తక్కిన మిత్రులంతా పారిపోయారు. అతికష్టంమీద రాము కూడా బైటపడ్డాడు. పదిరోజులు

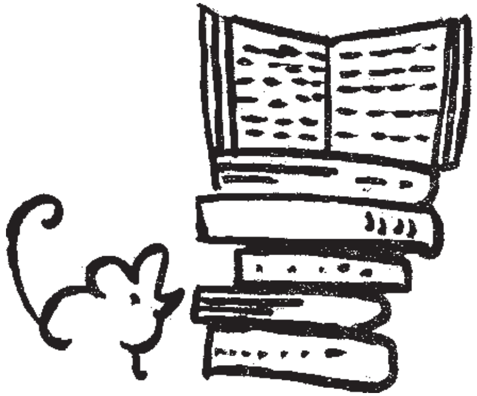
జ్వరంతో మంచంమీదే ఉన్నాడు. ఇప్పుడు అదే రాము నలుగురు పిల్లల తండ్రి అయినప్పటికీ ఎక్కడైనా ఎఱ్ఱటి గేటు కనిపిస్తే వణికిపోతాడు. దీన్ని స్థిరీకర ఆందోళన (anxity fixation) అంటారు.

ఇలా జీవితంలో ఎదురైన అనేక అనుభవాల కారణంగా నైతేనేమి, నిరంతరం మారుతున్న ఆరోగ్య, పర్యావరణ, సాంఘిక రాజకీయ పరిస్థితులవల్ల నైతేనేమి, మనుషులందరి ప్రవర్తన ఒకేలాగా ఉండదు. కనుక మనం అందరం అన్నింటిలోనూ సమానులం కాము. అయినా అందరము సమానంగా మానవులమే అనే సత్యాన్ని విస్మరించక నీకొక న్యాయం, నాకొక న్యాయం అనే భేద దృష్టితో గాక, నీ అవసరాలకు, నీ భావాలకు నువ్వు ఎలా ప్రాధాన్యత నిస్తావో అలాగే ఇతరులకు కూడా ప్రాధాన్యత నిచ్చినప్పుడు ఆనందంగా జీవించవచ్చు.

మీ ఆలోచనను మీ మీద, విశ్వాసాన్ని ఇతరుల మీదా న్యాయం మీ మీద, ప్రేమ క్షమ ఇతరుల మీద ప్రయోగించండి.



ఎన్ని ముఖాలు ఉన్నాయి?



జ్ఞానమా ? అజ్ఞానమా ?

"The Mind is like the stomach. It is not how much you put into it that counts, but how much it digests"

-ALBERT JAY NOCK

ఈ మనస్సు కడుపు లాంటిది. ఇందులోకి నువ్వు ఎంత తోస్తావనేది ముఖ్యం కాదు, ఇది ఎంత అరిగించుకోగలుగుతుంది! అనేది లెక్కించవలసిన విషయం.

సూఫీ సంప్రదాయంలో ఒక కథ కనిపిస్తుంది. "ఖలీల్ అష్రఫ్ జాదా" "బహవద్దీన్ నక్షబంద్" అనే సూఫీ ఫకీరు దగ్గరికి వచ్చి "నేను అనేక చోట్ల తిరిగాను, అనేకమంది గురువులను ఆశ్రయించి వారిని సేవించాను, సత్యానికి దారి చూపే అనేక మార్గాలను అధ్యయనం చేశాను; అవన్నీ నాకెంతో బాగా సహకరించాయి, ఉపయోగపడ్డాయి, ప్రస్తుతం మీరు నాకు దీక్ష ఇవ్వండి, నన్ను మీ శిష్యుడిగా చేసుకోండి; నేను మీ జ్ఞానమనే జల ఊటనుండి నీటిని స్వీకరిస్తాను. దానితో "తరీఖా" మర్మవాద పద్ధతి (Mystic Way) లో ముందుకు సాగగలను" అన్నాడు.

బహవద్దీన్ అతడికి ఏ జవాబు చెప్పలేదు అది భోజనసమయం కనుక ముందు భోజనానికి లెమ్మన్నాడు. వారిద్దరూ భోజనానికి కూర్చోగానే అన్నము, మాంసము తీసుకురాబడ్డాయి. బహవద్దీన్, ఖలీల్‌కు ప్లేట్ల మీద ప్లేట్ల కొద్దీ తిని పించాడు. కేకులు, మిఠాయిలు, పండ్లు తేబడ్డాయి అవి కూడా తినిపించాడు. ఫలావ్ తెప్పించి తినిపించాడు. ఇంకా ఎన్నెన్నో రకాల పదార్థాలు తెప్పించాడు, చివరికి సలాడ్ వరకు అదీ వదలకుండా వద్దని లబలబలాడుతున్నా వినకుండా, దాదాపు తిండిని నోట్లో కూరుతూ వెళ్ళాడు.

ముందు బహవద్దీన్ తినమని బలవంత పెడుతున్నకొద్దీ ఖలీల్ ఆనందిం చాడు. తన పొట్టలో పట్టినంత తిన్నాడు. మెల్లిగా అతడి తినే వేగం తగ్గుతూ వచ్చింది. బహవద్దీన్‌కు కోపం వస్తుందనే భయంతో మళ్ళీ ఎంతో తిన్నాడు. ఇక ఒక్క మెతుకు కూడా తినలేని పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు తట్టుకోలేక కిందపడి పొర్లాడు.

అప్పుడు బహవద్దీన్ "నువ్వు నా దగ్గరికి వచ్చేసరికి, నీతలకాయ నిండా అరగని జ్ఞానం చాలా ఉంది. ఇప్పుడు ప్రస్తుతం కడుపులో చేరిన ఆహారంతో ఎలా బాధపడుతున్నావో అలాగే నీ బుద్ధి కూడా జ్ఞానమనే ఆహారం ఎక్కువయ్యి అజీర్తిచేస్తే నువ్వు దాన్ని ఆకలి అనుకుని, నన్ను ఇంకాస్త జ్ఞానం ఇవ్వమన్నావు. నిజానికి నీ అజీర్తి నయమైతే చాలు నువ్వు బాగుపడిపోతావు" అన్నాడు.

ఆ తరువాత బహవద్దీన్ పర్యవేక్షణలో, విచిత్ర విద్యా విదానంతో ఖలీల్ తన అజీర్తిని పోగొట్టుకొని భారంగా ఉన్న ఆహారాన్ని అరిగించుకొని బలంగాను, శక్తిగాను మార్చుకొని ప్రసిద్ధుడైన సూఫీ ఫకీరుగా మారాడు.

Igorence is bliss - అజ్ఞానమే ఆనందమని, " అజ్ఞానమిచ్చిన ధైర్యం జ్ఞానం ఇవ్వదని" కొందరంటే, జ్ఞానంలేని మనిషి వింత పశువని, జ్ఞానమే ముక్తికి మార్గమని కొందరంటారు. వ్యవహారికంగా కూడా జ్ఞానం లేనివాడు ఎంతోమంది చేత మోసగించబడటం జరుగుతుంది. జ్ఞాన రాహిత్యం వల్ల తాను బాధపడటమే కాక ఇతరులను బాధపెట్టడం కూడా ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ముఖ్యంగా మురికి వాడలకు చెందిన కుటుంబాలవారు జ్ఞానం లేకపోవడం వల్ల అనేక మూఢ నమ్మకాలకు లోనుకావడం కనిపిస్తుంది. ఎప్పుడూ ఆడపిల్లలనే కంటోంది, కొడుకు లను కనడం లేదనే నెపంతో కోడలిని పుట్టింటికి పంపిన అత్తగారిని నేనెరుగుదును. తల్లి అండంలో x-x క్రోమోజోములు ఉంటాయి. పురుష వీర్యంలో x లేదా y క్రోమోజోములు ఉంటాయి. x క్రోమోజోములున్న వీర్యం అండంతో కలిసినప్పుడు ఆడపిల్ల y క్రమోజోములున్న వీర్యంతో అండంతో కలిసినప్పుడు మొగపిల్లవాడు కలుగుతారు. అంటే పుట్టబోయేది ఆడపిల్లా, మొగపిల్లవాడా అనేది పురుష వీర్యం పైన ఆధారపడి ఉంటుంది కాని స్త్రీ అండంపైన ఆధారపడి లేదన్నమాట. మరి ఈ విషయంలో గల అజ్ఞానం చేతనే కదా అత్తగారు, కోడలు తాను చెప్పినట్లుగా మొగపిల్లలను కనడంలేదని పుట్టింటికి పంపింది!

మరి ఇంతకూ జ్ఞానమా అజ్ఞానమా ఏది ఆనందాన్ని ఇస్తుంది? "Wisdom is much grief; and he that increaseth knowledge, increaseth sorrow" అంటాడో మహానుభావుడు, ఆయనకు జ్ఞానమే దుఃఖాన్ని ఇచ్చిందట.

అవును మరి నిజమే ఈ ప్రపంచంలో మనం కొన్ని విషయాలు తెలుసు కుంటేనే ఆనందంగా ఉండగలం. కొన్ని తెలుసుకోకపోతనే సుఖంగా ఉండగలం. సైన్స్ అభివృద్ధి చెందబట్టే మనకు సుఖాలు తెచ్చింది కానీ దానితో బాటు అణ్వా యుధాలు తెచ్చి మానవ మారణ హోమానికి మూడవ ప్రపంచ యుద్ధమనే అగ్ని గుండాన్ని తయారు చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంది.

ఇంతకూ దుఃఖానికి కారణం జ్ఞానమా అజ్ఞానమా? రెండూ కాదు.

ఒకసారి ఒక నక్కకు కుందేలు ఎదురయ్యింది. ఆ కుందేలు చిన్నది కావడంతో ఇంతకు ముందెప్పుడూ అది నక్కను చూడలేదు; అందుకే అది నువ్వెవరు? అని

అడిగింది. నక్క "నన్ను నక్క అంటారు, తలచుకుంటే నేను నిన్ను తినగలను" అన్నది. కుందేలు "నువ్వు నక్కవేనని నిరూపించడానికి ఏదైనా వ్రాతపూర్వకంగా ప్రమాణపత్రం (Certificate) ఉందా? ఉంటే నిన్ను నమ్ముతాను" అన్నది. తాను నక్కనేనని నిరూపించడం కొరకు అది సింహం దగ్గరకి వెళ్ళి ప్రమాణపత్రం తీసుకువచ్చింది.

తనకోసం ఎదురుచూస్తున్న కుందేలు ముందు నక్క తన ప్రమాణ పత్రం చదవడం మొదలుబెట్టింది. అందులోని భాషాసౌందర్యం, పదలాలిత్యం, తనయొక్క శౌర్యపు పొగడ్తలు మైమరచి మళ్ళీ మళ్ళీ చదవుతూ పోయింది. ఇంతలో మొదటి రెండు మూడు లైన్‌ల లోనే విషయాన్ని అర్థం చేసుకున్న కుందేలు అక్కడి నుండి పరుగుతీసి కనపడకుండా పోయింది.

ఈనక్క ఏడుపు మొగం పెట్టుకొని సింహం గుహ దగ్గరకి వెళ్ళేసరికి, ఒక జింక సింహంతో మాట్లాడటం కనిపించింది. అది "నువ్వు సింహానివేనని ప్రమాణమేమిటి, నీ దగ్గరేమన్నా పత్రముందా?...." అంటోంది.

సింహం "నాకు ఆకలిగా లేనప్పుడు ప్రమాణపత్రం గురించి ఆలోచిం చాల్సిన పనిలేదు. నేను ఆకలిమీద ఉన్నప్పుడు నీకు ప్రమాణపత్రం చూపించాల్సిన పనిలేదు" అన్నది.

వెంటనే నక్క కుందేలు కొరకు నేను ప్రమాణపత్రం అడిగినప్పుడు నువ్వు నాకీమాట ఎందుకు చెప్పలేదు?" అన్నాది.

అప్పుడు సింహం నువ్వు "కుందేలు కొరకు నేను ప్రమాణపత్రం అడుగు తున్నావని నాకెందుకు చెప్పలేదు మరి? ఎవరన్నా మనిషి కోసమేమో అనుకున్నాను నేను, ఈ మూర్ఖ జంతువులు కొన్ని మనుషుల నుండి కాలక్షేపం కొరకు ఈ పిచ్చిపనులు నేర్చుకున్నాయి" అన్నది.

నిజానికి జ్ఞానం, అజ్ఞానం ఏదీ ఆనందాన్ని ఇవ్వలేదు. బ్రతికున్నన్ని రోజులు తనకు ఎదురయ్యే ప్రతి చిన్న సంఘటన నుండి, అనుభవం నుండి మనిషి ఏదో కొంత నేర్చుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉండి, నేర్చుకున్నదాన్ని ప్రతిక్షణం ఉపయోగిస్తూ అనవసరమైన దాన్ని విడిచిపెడుతూ ఉన్ననాడు ఆనందంగా ఉండగలడు.

"స్థిరబుద్ధిలో సర్వవేదశాస్త్ర ఉపనిషద్ జ్ఞానం స్వతః ప్రకటమౌతుంది. అందుకు పాఠశాల ఏకాంతం, పాఠం మౌనం."

"వివేకం యొక్క ఆవరణలోనే అవివేకం యొక్క వినాశనం ఉంది."



పట్టుకు వేళ్ళాడకండి

శ్లో॥ పురాణ మిత్యేవ ససాధుసర్వం
నచాపి కావ్యం నవమిత్య వద్యమ్ ।
సంతః పరీక్ష్యాన్యతరద్ భజన్తే
మూఢః పరప్రత్యయనేయ బుద్ధిః॥ (కాళిదాసు)

పాతదైనంత మాత్రాన ఏ వస్తువూ మంచిదికాదు, కొత్తదైనంత మాత్రాన ఏ కావ్యమూ నిందనీయం కాదు. సత్పురుషులు కొత్త పాత వాటినన్నింటిని పరీక్షించి గుణవంతమైన దాన్ని స్వీకరిస్తారు. కాని మూఢులు ఎప్పుడూ ఇంకొకరి బుద్ధినే ఆశ్రయించి ఉంటారు.

నీ బుద్ధిని ఉపయోగిస్తూ చేతనంగా బ్రతుకుతూ ఉంటే, తప్పు చేసినా అది నీ సొంతమైన తృప్తి ఆనందం ఉంటుంది. ఇంకొకరి మీద ఆధారపడి బ్రతికినప్పుడు, సుఖంగా బ్రతికగలిగినా అందులో తృప్తి ఉండదు కనుక ఆనందం కూడా ఉండదు.

అందుకే స్వయం ప్రజ్ఞను సాధించుకున్న పురుషులను పరమహంస లన్నారు. పాలను నీళ్ళను వేరుచేయడం హంసయొక్క గుణం, అలాగే సారవస్తువు లను అసార వస్తువుల నుండి వేరుచేసి స్వీకరించే వారిని పరమహంసలన్నారు.

మంచి చెడులను విశ్లేషించకుండా కేవలం ఇది సంప్రదాయం కనుక, మా పెద్దలు మా కందించారు కనుక ఇది ఆచరణీయం అనేవాడు మూర్ఖుడు. కొత్తదయినా పాతదయినా మూర్ఖంగా పట్టుకు వేళ్ళాడితే మీకు దుఃఖం తప్పదు. ఆనందంగా జీవించాలంటే జాగరూకత వహించండి.

జార్ అలెగ్జాండర్ రష్యాను పాలిస్తున్న రోజులవి. ఫ్రాన్స్ రాజదూత బీస్మార్క్ జార్‌ను కలవడానికి ఆయన భవనానికి వెళ్ళాడు. బీస్మార్క్ కిటికీకి దగ్గరగా కూర్చున్నాడు. ఆయనకు అందులో నుండి సువిశాలమైన మైదానం కనిపిస్తోంది. ఆయన జార్‌తో మాట్లాడుతూనే ఒక విచిత్రాన్ని చూస్తూ ఉండిపోయాడు. చివరికి వెళ్ళబోయే ముందు "దూరంగా మైదానంలో ఒక సిపాయిని ఎందుకు కాపలా ఉంచారు" అన్నాడు. జార్‌కు ఆ విషయంలో ఏమీ తెలియదు. ఆ సిపాయి నుండి మొదలుకొని సేనాధిపతి వరకు అన్నిస్థాయిలలోని మిల్ట్రీ కమాండర్లు ఆ విషయం

తమకు తెలియదంటే తమకు తెలియదు అనడం మొదలు బెట్టారు. ఎంత కాలం గడిచినా రహస్య బట్టబయలు కాలేదు. చివరికి విసిగిపోయిన జార్ ఈ విషయం తెలియజేసిన వారికి గొప్ప బహుమతి ఉంటుందని చాటింపు వేశారు. అప్పుడు ఒక 105 సంవత్సరాల వృద్ధ వనిత ముందుకువచ్చి "ఎనభై సంవత్సరాల క్రితం మహారాణి "కేథరిన్" అలా మైదానంలో విహరించడానికి వెళ్ళింది. అప్పుడు చలికాలం కావడంతో మైదానంలో మంచు నిండి ఉంది. మొత్తం అంత విశాలమైన మైదానంలో ఒకే ఒక్క గులాబి మొక్క ఇంకా బ్రతికి ఉంది, దానికి ఒక పూవు కూడా పూసి ఉంది. హిమపాతం క్రూరంగా ఆ కోమలమైన మొక్కను ఎక్కడ చంపేస్తుందోనని సురక్ష కొరకై ఒక సిపాయిని అక్కడ కాపలాకు నియోగించడం జరిగింది. ఎనభై సంవత్సరాలు గడిచి పోయాయి. ఇది ఏ కారణం చేత ఎవరు ఎందుకు ప్రారంభించారు అనే సంగతి ప్రస్తుతం ఎవరూ ఎరుగరు కానీ ఇంకా ఆ అలవాటు కొనసాగుతూనే ఉంది.

మొగల్ పరిపాలకులు అందమైన కన్యలను ఎత్తుకుపోతుండటంతో ఘూంగట్ (తలపై ముసుగు) బాల్య వివాహ వ్యవస్థలు ఏర్పడ్డాయి. కానీ కాలం మారి వాటి అవసరం తీరి పోయినా ఆ అలవాట్లను సంఘం నుండి దూరం చేయడానికి రాజారాం మోహన్‌రాయ్‌కి భగీరథ ప్రయత్నం అవసరమైంది. ఇప్పటికి రాజస్థాన్‌లో స్త్రీలు ముసుగు వేసుకునే సంప్రదాయం కొనసాగుతూనే ఉంది.

ఒకప్పుడు అడవులు విపరీతంగా ఉండేవి. కాలం తీరి కూలిపోయి ఎండిపోయిన వృక్షాలు అసంఖ్యాకంగా కనిపించేవి. అపరిగ్రహులైన సాధువులు ఆ ఎండు చెట్లను చలి మంటలకొరకు ఉపయోగించేవారు. అనేక వన్యమృగాలు చనిపోయి కనిపించేవి. వాటి చర్మాలను వస్త్రాలుగానూ, ధ్యానం చేసుకోవడానికి ఆసనాలు గానూ వాడేవారు. కానీ ఇప్పుడు కాలం మారినా వారు మారడానికి సిద్ధంగా లేరు. గోచీ తప్ప మరొకటి ధరించని దాగా సాధువులు, దిగంబరులు, చలి మంటలు వంటల కోసం చెట్లు నరుకుతున్నారు, చర్మాలకోసం వన్యమృగాలను చంపుతున్నారు.

కాలాన్నిబట్టి అనేక సంప్రదాయపు అలవాట్లు ఉత్తమమైనవిగానే పరిగణింపబడతాయి. కానీ కాలం మారినకొద్దీ అవి అనుపయుక్తమౌతాయి. ఋతువునుబట్టి ఆహారం, వస్త్రం అవసరం అవుతుందిగాని, సంప్రదాయాన్ని బట్టికాదు. మా సంప్రదాయం కనుక చలికాలం కూడా నేను గోచీ పెట్టుకుంటాను అన్నా ప్రమాదమే, ఎండాకాలం ఉన్నిబట్టలు వేసుకుంటాను అన్నా ప్రమాదమే. అలాగే కాశీ వెళ్లినా, బదరీనాథ్ వెళ్ళినా గడగడ లాడించే చలిలో కూడా వరి అన్నమే తింటాను మజ్జిగ వేసుకుని అనేమూర్ఖులు కూడా కనిపిస్తారు.

ఆనందంగా జీవించాలంటే కాలాన్ని బట్టి అలవాట్లు మార్చుకొని, ఛాందసంగా అలవాట్లను పట్టుకు వేళ్ళాడటం మానుకోవాలి.

రస్సెల్ చెప్పిన రసమార్గం

The secret of happiness is this, Let your interests be as wide as possible and let yout reactions to the things and persons that interest you be as far as possible friendly rather than hostile.

"బ్రెట్రాండ్ రస్సెల్" (1872 నుండి 1970 వరకు ఇంగ్లండ్‌లో జీవించాడు) ప్రజలు మానసికంగా అనుభవించే అసౌఖ్యతను దూరంచేసి సౌఖ్యాన్ని అందించాలనే ఉద్దేశంతో "Canquest of happiness" (ఆనందవిజయం) అనే గ్రంథం వ్రాశాడు.

అయితే ఇక్కడ ఒక విషయం గుర్తించాలి. సౌఖ్యం (సుఖంగా ఉండటం; comfort వేరు ఆనందం (Happiness) వేరు.

"The tragedy fo present day human life is, in the mindst of increasing comforts man is finding decreasins happiness."

"దుఃఖప్రదమైన ఆధునాతన జీవన విధానంలో మానవుడు రోజురోజుకు పెరుగుతున్న సౌఖ్యాల మధ్య ఆనందాన్ని పోగొట్టుకుంటున్నాడు" అంటాడో మహాత్ముడు.

అయితే సౌఖ్యాన్ని అందుకోవడం కొరకు రస్సెల్ చెప్పిన పద్ధతులలో కొన్ని ఆనందాన్ని పొందటానికి కూడా ఉపయోగపడతాయనడంలో సందేహం లేదు.

(ఎ) అసౌఖ్యం జనించడానికి కారణాలు :

రస్సెల్ అసౌఖ్యం జనించడానికి ఈ కారణాలు చెబుతాడు. 1. భావాత్మక అసౌఖ్యం (Byronic unhappiness) 2. ఇతరులతోపోటీ (Competition) 3. విసుగు,(Boredomand excitement) ఉద్రేకం 4. (Fatigue) అలసట 5. అసూయ (Envy) 6. పాపం అనే తలంపు (The sense of sin) 7. ఇతరులు తనను బాధిస్తారనే వెర్రి (Persecution Mania) 8. ప్రజాభిప్రాయాన్ని గూర్చి భయం (Fear of Public opinion)

1. భావాత్మక అసౌఖ్యం : (Byronic unhappiness)



ఆఫీసునుండి అలసిపోయి ఇంటికి వచ్చి ముఖం కడుక్కుని కుర్చీలో కూర్చున్న భర్తకు టీ కప్పు అందించి సునీత ఎదురుగా కుర్చీలో కూర్చున్నది. ఆయన ఆరోజు ఆఫీసులో జరిగిన విషయాలు చెప్పడం మొదలుబెట్టాడు. ఆమె "ఉండండి, స్టవ్‌మీద పాలు ఉన్నాయి దింపి వస్తాను" అంటూ లోపలికి వెళ్ళింది. ఆమె తిరిగి వచ్చేసరికి తన భావాలు ఆవిడతో పంచుకోవాలన్న ఉత్సాహం ఆయనలో అంతరించిపోయింది.

ఆ రాత్రి ఇంటి పనులన్నీ ముగించుకుని పడకటింటికి చేరేసరికి ఆయన ఆవిడను దగ్గరికి తీసుకున్నాడు ఇంకే మొదలు...పాలవాడు నీళ్ళు కలుపుతున్నాడు, పనిమనిషి ఆలస్యంగా వస్తోంది, పిల్లలు చదవడం లేదు అంటూ అసందర్భ ప్రలాపం కొనసాగింది.

తమస్థానాన్ని, పాత్రను గురించి ఆందోళన చెందే స్త్రీలు ప్రతిక్షణం తమ ప్రత్యేకతను తమ చేష్టల ద్వారా వ్యక్తం చేద్దామని చూస్తారు. వారికి స్పష్టంగా దేంట్లోనూ ఆసక్తి ఉండదు. తమ భావాలను స్పష్టంగా వ్యక్తం చేయలేరు, ఇంకొకరి భావాలను సానుభూతితో ప్రేమతో పంచుకోలేరు.

పైకి చూస్తే అటువంటి కుటుంబంలో స్థూలంగా సమస్య ఏదీ కనిపించదు. కానీ ఆనందం కొరవడిన ఆ సంసారంలో రోజు రోజుకు విసుగు, చికాకు పెరిగిపోయి, తాను తన భావాలు పంచుకోగల స్త్రీ కోసం ఆ మానవుడు బైట వెతుక్కోవడం మొదలు బెడతాడు.

అతడికి బైట అటువంటి స్త్రీ లభిస్తే కూడా ఆనందం లభించదు. ఎందు కంటే తాను పాపం చేస్తున్నాననే తలంపు అతడిలో ప్రారంభం అవుతుంది. (ఆరవ కారణంలో దీన్ని గురించి విపులంగా చర్చిద్దాం) పైగా సంఘం దాన్ని హర్షించదు. "అనుకూలవతి అయిన భార్య, పిల్లలూ ఉండగా, మళ్ళీ వీడికో అక్రమ సంబంధాలెందుకు" అని లోకులు దూషిస్తారు. తన ఆఫీసులోనూ, స్నేహితులు బంధువుల మధ్య చులకనౌతాడు. ఇంట్లో కూడా ఉన్న కాస్త మనశ్శాంతి పోతుంది. ప్రతిక్షణం ఇంట్లో పోరుదుర్భరమై పోతుంది. అలా అని మామూలుగా ఆ భార్యతోనే కాలం గడుపుదామా అంటే భావప్రాకట్య స్వాతంత్ర్యము, తనను అర్థం చేసుకోగల భాగస్వామి లేనిచోట జీవితం నిస్సారమౌతుంది.

"మన భావాలు ఎక్కడ జీవిస్తాయో, మనం అక్కడ జీవిస్తాము" అంటారు స్వామి వివేకానంద.

అంటే భావజీవనానికి, భావప్రాకట్యానికి అవకాశం లేనిచోట కేవలం మనం జీవచ్ఛవాల మన్నమాట.

నేను చిన్నతనం నుండి బొట్టు పెట్టుకోవడం, పొడవాటి జుట్టు పెంచుకోవడం ఇష్టపడేవాణ్ణి. మా తల్లి తండ్రులకు నేను ఆఖరి సంతానాన్ని, నాకు ముగ్గురు అన్నయ్యలున్నారు. మా మూడవ అన్నయ్య నాస్తిక భావాలు కలిగినవాడు. చిన్నప్పటి నుండి ప్రతిదానికి కారణం వెతికేవాడు. సహజంగా మేధావి అయినవాడు హేతువాదిగా మారాడు. నా మొహాన ఉన్న బొట్టునుచూసి నన్ను అసహ్యించుకునేవాడు. జుట్టు చిన్నగా కత్తిరించుకోమని లేదా నేను నిద్ర పోయేటప్పుడు తాను కత్తిరించి వేస్తానని నన్ను బెదిరించేవాడు. వాడితో తర్కించి గెలవగలిగే అంతమేధావిని గాను నేను. నా భావాలను స్పష్టంగా చెప్పగల వికాసం కూడా నాలో ఉండేది కాదు. ఒకరోజు నేను నిద్రపోయేప్పుడు నిజంగానే వాడు నా జుట్టు కత్తిరించాడు. అది నాకెంతో అసౌఖ్యాన్ని మనోగ్లానిని కలిగించింది. తాను పెద్దవాడు కనుక నేను వాడు చెప్పినట్లుగా వినాలి అనుకునేవాడు వాడు. మాకు వయస్సులో పెద్ద తేడా ఉండేది కాదు గనుక వాడి అజమాయిషీని నేను సహించేవాణ్ణి కాదు. సామాన్యంగా ఎదిగే పిల్లలు 11సం॥ నుండి 19 సం॥లోపు అనేక మానసిక వ్యథలకు లోనౌతారు. (మొగపిల్లలకు ఈ వ్యథలు 25 సం॥వరకు కొనసాగవచ్చుకూడా.) మేమిద్దరం భావాలు వేరైనా ఒకే ఇంట్లో కలిసి ఉండటం తప్పక మానసిక సంక్షోభానికి లోనయ్యే వాళ్ళం.

జుట్టును కురచగా కత్తిరించుకోవడం అంటే సమాజంలో ఉన్న వివిధ అలవాట్లను యథాతథంగా అంగీకరించినట్లు, అనుసరిస్తున్నట్లు అవుతుంది. సాధారణంగా యువకులు తమ ప్రత్యేకతను, భిన్నత్వాన్ని నిరూపించుకుందామని చూస్తారు. సాధారణ నియమాలకు కట్టుబడని తాము ప్రత్యేకమైన వ్యక్తులమని చెప్పదలుస్తారు. ఈ విషయం వారికి కూడా తెలియక పోవచ్చు. “నాకు జుట్టు పెంచుకోవడం ఇష్టం కనుక పెంచుకుంటున్నాను.” అంటారు కానీ అందుకు కారణం చెప్పలేరు. దాన్ని నవ్యతిరేకించే వారు కూడా ఎందుకు వ్యతిరేకిస్తున్నారో చెప్పలేరు.

మా ఇంట్లో నాకన్నా చిన్నవారు లేరు గనక, నన్ను నేను ఎప్పుడు పెద్దతరానికి ఎదురుతిరిగే చిన్నతరం స్థానంలోనే చూచుకోగలిగేవాణ్ణి కాని మా మూడో అన్నయ్య పరిస్థితి వేరు. వాడు ఉద్యోగానికి ఇంటర్వ్యూకు వెళ్ళినపుడు అక్కడి పెద్దమనుషులు వీడి కులం ఏమిటి అని అడిగితే “ఉద్యోగం ఇవ్వడానికి కులానికి ఏమిటి సంబంధం” అని అడిగినవాడు, నన్ను అదుపుచేసే పెద్దవాడిగా జుట్టు కత్తిరించుకోమని బెదిరించాడేగాని తనకు ఇష్టంలేనంత మాత్రాన నేనెందుకు జుట్టు కత్తిరించుకోవాలో వివరించ లేకపోయాడు. అంటే తనను కాసేపు ఎదురు తిరిగే చిన్నతరంలోనూ, అదుపుచేయ ప్రయత్నించే పెద్దతరంలోనూ నిలుపుకుని, తాను భవాత్మక అసౌఖ్యానికి లోనవుతూ, నాకు కూడా అసౌఖ్యం కలిగేలా చేసేవాడు.

రాధది సున్నితమైన మనస్సు! ఆ పాపకు పంది పిల్లలు, కుక్క పిల్లలు, కోళ్ళు అంటే చాలా ఇష్టం. ఎప్పుడూ వాటిని ఎత్తుకొని ముద్దాడేది. ఎంత బలవంతం

చేసినా మాంసాహారం తినేదికాదు. వాళ్ళ ఇంట్లో ఒక అందమైన తెల్లటికోడి ఉండేది. చాతకాకపోయినా ఆ బరువైన కోడిని ఎత్తుకు తిరిగేది. వాళ్ళ ఇంట్లో ఒకరోజు దాన్ని కోద్దామని ప్రయత్నిస్తే, వాళ్ళేదో తన స్నేహితురాలిని చంపుతున్నట్టుగా బాధపడింది. క్రిందపడి పొర్లిగింతలు పెట్టి ఏడ్చింది, మూడు రోజులు అన్నం మానేసింది.

భావాత్మకమైన అసౌఖ్యం అంటే ఇది. ఇది అన్ని వయసుల్లోనూ కలుగుతూనే ఉంటుంది. సరియైన పరస్పర అవగాహనలతో మాత్రమే దీన్ని దాటగలం.

2. ఇతరులతో పోటి : (Competetion)

DO NOT BE AFRAID OF OPPISITION, REMEMBER, A KITE RISES AGAINST, NOT WITH THE WIND - MABIE



ప్రపంచంలో మనం ఒంటరిగా లేము. ఒంటరిగా అరణ్యంలోకి వెళ్ళి బ్రతకలేము. సాంఘిక సహజీవనంలో మనకు ప్రతిఅడుగునా పోటీ అనివార్య మౌతుంది. ఈ పోటీ సహజమేననే విషయాన్ని గ్రహించి, స్వీకరించి, పోటీలో జీవించడానికి సిద్ధపడితే ఫరవాలేదు కానీ అలా సిద్ధం కాలేకపోతేనే సమస్య వచ్చి పడుతుంది.

కానీ నిజంగా ఈ ప్రపంచంలో స్థూలంగా పోటీ ఉందా లేక ఇదంతా మన మానసిక సృష్టా? పోటీ ఉన్నమాట వాస్తవం, అది స్థూలంగా సంఘంలో ఇద్దరు వ్యాపారుల మధ్యలేక ఇద్దరు ఉద్యోగస్తుల మధ్య, ఒకే స్త్రీని ప్రేమించిన ఇద్దరు ప్రేమికుల మధ్య, ఒకే క్లాసులో చదివే ఇద్దరు పిల్లలమధ్య, ఒక ఆటలో పాల్గొనే ఇద్దరు ఆటగాళ్ళమధ్య ఇంకా ఇలా అనేకచోట్ల ఈ పోటీ కనిపిస్తుంది. అయితే పోటీ ఎప్పుడూ దుఃఖాన్ని ఇవ్వదు. “స్పర్థయా వర్థతే విద్యా” స్పర్థ (పోటీ) చేత విద్య వృద్ధి పొందుతుంది. అనేది ఆర్యోక్తి. కనుక పోటీని ఆటగాడి హృదయంతో (Sporively) స్వీకరించినవాడు పోటీ అభివృద్ధినిస్తుందేగాని దుఃఖాన్ని ఇవ్వదు. పోటీని నకారాత్మకంగా (Negatively) తప్పని పరిస్థితిలో ఏడుస్తూ స్వీకరించినప్పుడు అది బాధాకరంగా తయారవుతుంది.

ఒక పిల్లవాడు ఏడుస్తుంటే తండ్రి అడిగాడు వాడి ఏడుపుకు కారణం ఏమిటని వాడు తమ తరగతిలో మొత్తం 40మంది విద్యార్థులున్నారని, వీరికి పరీక్షపెట్టగా

అందులో తనకు 20వ స్థానం లభించిందని తనకన్నా 19మంది ముందుండటం చూసి తనకు ఏడుపొస్తోందని అన్నాడు. వీడి తరగతిలోనే చదివే పక్కింటి కుఱ్ఱవాడు తాను పాసైనందుకు మిఠాయిలు పంచిపెడుతూ అక్కడికి వచ్చాడు. వాణ్ణి ఈ పిల్లవాడి తండ్రి "మా అబ్బాయి 20వ స్థానంలో పాసైనాడట వాడికన్నా 19 మంది ముందుండటం చూసి ఏడుస్తున్నాడు; మరి నువ్వు ఏ స్థానంలో పాసైనావు?" అన్నాడు. ఆ పిల్లవాడు "నేను 21వస్థానంలో పాసైనాను, కానీ నాకు మీ అబ్బాయిలాగా నాకన్నా ముందున్న 20 మంది కాక నాకన్నా వెనుక ఉన్న 19మంది కనిపిస్తున్నారు; కనుక ఆనందంగా మిఠాయిలు పంచిపెడు తున్నాను" అన్నాడు.

అభివృద్ధిని కోరుకునేవాడు తనకన్నా ముందున్న వారిని దృష్టిలో పెట్టుకొని బాగా కృషిచేసి వారిని దాటిపోవడానికి ప్రయత్నించాలి కానీ వారిని చూసి ఏడుస్తూ కూర్చోకూడదు. ఆనందం కోరుకునేవారు దృష్టిని వెనక్కు సారించి ఇతరులకు లేనిది తనకు ఉన్నది ఏమిటో చూడగలగాలి.

అసలీ విచిత్రమైన సృష్టిలో వెనుకా ముందులు కూడా తారుమారవుతూ ఉంటాయి. కనుక ఎవరు ముందున్నారు ఎవరు వెనుక ఉన్నారు అనేది కూడా నిర్ణయించడం కష్టమౌతుంది. ఒక సినిమాహాలు జనంతో కిక్కిరిసిపోయి ఉంది, సినిమా పూర్తికాగానే హాలు యజమాని మైక్‌లో ఈవిధంగా అనౌన్స్ చేశాడు. "ఎంతో కాలం ఎదురుచూసిన నాకు ఈ రోజు ఒక కుమారుడు కలిగాడు. ఈ ఆనందాన్ని నేను మీతో పంచుకోదలుచు కున్నాను. కాబట్టి దయచేసి మీరు మీ స్థానాలలోనే కూర్చుంటే ప్రఖ్యాత నాటక మొకటి చూపబడుతుంది." సినిమాహాలు అదే, ప్రజలు కూడా వారే కాని ఇంతకుముందు సినిమా చూడటానికి తక్కువ ఖరీదుగల టిక్కెట్టుకొని తెరకుముందు కూర్చున్నవాళ్ళకు, చూపించబోయేది నాటకం గనుక ఎక్కువ ఖరీదుగల టిక్కెట్టు కొనడంవల్ల లభించే సీట్లు లభించడం జరిగింది. అలాగే సినిమా చూడటం కొరకు ఎక్కువ ఖరీదు టిక్కెట్లు కొన్నవారు, నాటకం కొరకు తక్కువ ఖరీదు సీట్లలో కూర్చున్నట్లయింది. కనుక విచక్షణ గలవారు ప్రతిక్షణం మారుతున్న పరిస్థితులను, వాతావరణాన్ని వ్యక్తులను జాగ్రత్తగా విశ్లేషిస్తూ భౌతికమైన ఈ పోటీలకు తట్టుకుంటూ ముందుకు సాగుతే దుఃఖంనుండి బైటపడగలడు.

స్థూలమైన ఈ పోటీగాక సూక్ష్మమైన మరొక మానసికమైన పోటీ మనకు కనిపిస్తుంది. ఇది తన వాళ్ళనుండి పోటీ..తల్లికి బిడ్డతో, తండ్రికి కొడుకుతో మొదలైనవి. ఎదిగిన బిడ్డ తండ్రి దగ్గరికి వెళితే "ఇంకా చిన్నపిల్ల వనుకుంటున్నావా నాన్న మెడబెట్టుకొని వేళ్ళాడటానికి, ఏంటా సుద్దులు వెళ్ళి చదువుకోపో" అంటుంది తల్లి. ప్రతి స్త్రీకి పరిచయమయ్యే మొదటి మొగవాడు తన తండ్రి-అటువంటప్పుడు ఆయనను ప్రేమించడం కూడా సహజమే. అలాగే పురుషుడు ఎరిగే మొదటి స్త్రీ తన తల్లే - అతడు ఆమె ప్రేమ కోరుకోవడం కూడా సహజం! కానీ ఈ సత్యాన్ని గ్రహించలేనప్పుడే వాళ్ళు సంతానంలా కాక పోటీదారుల లాగా కనిపిస్తారు.

ఉన్న పోటీని ధైర్యంగా స్వీకరించి అందులో జీవించ ప్రయత్నించినప్పుడు లేని పోటీలను ఊహించుకోకుండా ఉన్నప్పుడు, మనిషి ఆనందంగా జీవించగలడు.

5. విసుగూ, ఉద్రేకం (Boredom and excitement)

"IF LONEL NESS IS A TRUTH. THEN THERE IS NO POINT IN RUNNING AWAY FROM IT. IT IS BETTER TO GO INTO IT. ENCOUNTER IT, SEE IT FACE TO FACE, WHAT IT IS."





ఆధునిక యుగంలో ఒక కొత్త జాడ్యం మొదలయ్యింది. అన్నీ అర్జంట్‌గా (వేగంగా) చేసెయ్యడం. అందువల్ల చేసే పనిలో ఆనందం పొందలేకపోగా ఆ తరువాత మిగిలిన సమయంలో ఏం చేయాలో తెలియక బోర్ కావడం, (దీని విషయం 'ప్రకృతి ఒడిలో' అనే వ్యాసంలో చర్చించాము.) ఆ బోర్ పోగొట్టుకోవ డానికి లేనిపోని వ్యాపకాన్ని కల్పించుకోవడం.

కానీ రస్సెల్ ఆధునిక యుగంలోనే విసుగు (Boredom) వదలగొట్టుకునే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయంటాడు. అయితే నా అనుభవంలో వ్యక్తి తనను తాను మరిచిపోవడానికి వ్యస్తత కలిగించే అవకాశాలు భౌతికంగా ఈ రోజు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. టి.వి.లు, రేడియోలు, కేబుల్ టివీలు, డిష్ టివిలు, వి.సి.పి.లు వీడియో ఆటలు ఒకటేమిటి ఈ విధంగా చాలా ఉన్నాయి. ఒకప్పుడు పెంచుకుంటున్నాడే గాని తగ్గించుకోవడంలేదు. ఇందుకు కారణమేమంటే ఇవన్నీ మనిషిలో ఉద్రేకాన్నీ (హింస లేదా శృంగారం ద్వారా) పెంచుతున్నాయి. ఉద్రేక సమయంలో విసుగు నుండి దూరమవడం సహజమేగాని ఇరవై నాలుగు గంటలు ఉద్రేకంలో నిలవలేరు కదా ఎవరైనా! ఒకవేళ ఎక్కువకాలం నిలిచినా నరాల మీద అదుపు పోయి రకరకాల జబ్బులు మొదలౌతాయి. కనుక విసుగుకు ఉద్రేకం ప్రత్యామ్నాయంకాదు.

ఒక పార్టీలో ఏబ్‌రేనల్ ఎవరిమీద మనంజాలి చూపవచ్చు అని బెంజిమెన్ ఫ్రాంక్లిన్‌ను అడిగాడు. ఆయన కాసేపు ఆలోచించి "ధారాపాతంగా వర్షం కురుస్తున్నరోజు చదువురాని వ్యక్తి ఎవరైనా ఒక ఇంట్లో ఒంటరిగా కూర్చుని ఉంటే, అతడిని చూసి జాలిపడవచ్చు" అన్నాడు.

ఈ విసుగు నుండి బైటపడటానికే వేట, యుద్ధం (ఇది మనుషులవేట) మొదలైన ఉద్రేకపూరితమైన పనులు మొదలు బెట్టాడు. ఇది స్థూలమైన మనోరంజన కార్యక్రమం. ఇందులో ఇతరులపై తన ఆధిక్యత తెలుస్తుంది. అహంకార పుష్టి కనిపిస్తుంది. ప్రస్తుతం అడవులు, జంతువులు దాదాపు కనిపించకుండా ఉండే రోజులొస్తున్నాయి. కనుక వేట అనే మనోరంజనం లేదు ఇక మిగిలింది యుద్ధ

మొక్కటే, వెంటనే ఈ విసుగు యొక్క స్వరూపమేమిటి, అసలిది ఎందుకు కలుగుతుంది. దీన్ని నివారించడం ఎట్లా అనే విషయాన్ని గూర్చి పరిశోధించి దాన్ని ఆచరించకపోతే మూడవ ప్రపంచ యుద్ధం తప్పదు. లేదా విసుగు నుండి బైట పడటానికి మతం పేరుతోనో రాజకీయం పేరుతోనో, సంఘం సంస్కరణ పేరుతోనో, విప్లవం పేరుతోనో ప్రజలు ఉద్రేక కార్యక్రమాలు చేపడతారు. బాగా శాస్త్రాలు చదివి శాస్త్రార్థాలు చేయబూనతారు లా చదివి కోర్టులోవాదించడాలు చదవకుండానే వీధుల్లో వాదించడాలు మొదలైనవి బౌద్ధిక ఉద్రేకాలు ఇవి ఎక్కువవుతే అలనాడు (సోక్రటీస్ కాలంలో) గ్రీకు దేశంలో ఏర్పడ్డ తర్కపైత్యం నెలకొంటుంది. దానితో గుబ్బం సత్యమా గుబ్బం యొక్క ఆలోచన సత్యమా అనే పనికిరాని విశ్లేషణలు మొదలౌతాయి. గణపతి ఉత్సవాలు, అయ్యప్పదీక్షలు మొదలైనవన్నీ భావాత్మక ఉద్రేకాలు వీటివల్ల భావపరమైన మానసిక రుగ్మతలు తగ్గే అవకాశం ఉంది కానీ వీటి నద్దం పెట్టుకొని దురాగతాలు జరిగే అవకాశం కూడా ఉంది. ఇక పొలిటికల్ మీటింగ్స్ స్ట్రైక్స్, విప్లవాలు మొదలైనవి మనిషి ఆలోచనా ధోరణిని తప్పుదారి పట్టించడమేకాక శబ్ద కాలుష్యానికి, మనో కాలుష్యానికి దారితీసి ఆస్తి నష్టాలకు గురిచేస్తాయి. మొత్తానికి విసుగు నుండి బైటపడే మార్గం చూపనంత వరకు మనిషి ఏదో ఒక ఉద్రేకాన్ని ఆశ్రయించి తాను నష్టపోవడమేగాక మొత్తం మానవజాతి మనుగడకే ముప్పు తెచ్చే ప్రమాదం ఉంది.

ఇవి విసుగు, ఉద్రేకాలవల్ల ఏర్పడే సమిష్టి సమస్యలు, మరి వ్యష్టి సమస్యలు, కుటుంబ సమస్యలు ఏమిటి?

నేను ఒక చోట ఉపన్యాసాలు చెప్పివచ్చిన తరువాత అక్కడి మిత్రులు కొందరు ఉత్తరాల్లో నాకు వ్రాసిన భావాలు కొన్ని ఇలా ఉన్నాయి. "మిత్రులు వెళ్ళిన తరువాత ఇల్లు, మనస్సు బాగా ఖాళీగా ఉండటం సహజం కదా! మనం గౌరవించి, ప్రేమించి, అభిమానించే వాళ్ళు దూరమైనప్పుడు, మనలో మన కిష్టమైన భాగాన్ని వాళ్ళు తమతో తీసుకుని వెళ్ళిపోతున్నట్లు మళ్ళీ తిరిగి ఇవ్వనట్లు అలా వచ్చిన లోటు తాత్కాలికమని తెలిసినా, శాశ్వతమైనట్లు అనిపించడమే కాకుండా వాళ్ళు మనతో ఉన్నప్పుడు మనంకొంత పూర్ణంగా ఉన్నట్టు (అంతకు ముందు రవ్వంతలోటు కనిపించక పోయినా) ఇప్పుడు ఇసుమంతలోటు ఏర్పడ్డట్టు కనిపించి బాధ కలుగుతుంది. ఇదిచాలా తక్కువ సంబంధాన్ని గురించి చాలా తక్కువ మందికి ఉండే అవకాశం" ఇది వయ్యక్తికంగా కలిగే విసుగు వల్ల వచ్చే బాధ దానికి జవాబు ఒకటే.

"To have a place in someone's heart is to be never alone"
"ఎవరి హృదయంలో నన్నా కాస్తంతస్థలముంటే, ఇక వారు ఒంటరిగా ఉన్నట్లు ఎట్లా లెక్క" అంటాడు అల్జెండ్రోపెరెజ్ (Alejandroperez)

విసుగు అనేదిచాలా విచిత్రమైన సమస్య కారణం కనిపించే సమస్యనయితే ఆ కారణం తొలగించడం ద్వారా పరిష్కరించవచ్చు. కానీ అసలు కారణమే కనిపించని సమస్యను ఏంచేయాలి? విసుగు అటువంటి సమస్యే. అన్నీ ఉంటాయి, అన్నీ బాగుంటాయి కానీ ఏంచేయాలో తోచదు. విసుగు కుటుంబ సమస్యగా మారే విధానం చూడండి.... మనస్తత్వవేత్తలు దీన్ని మొగవాళ్ళకు Seven yearsi itch గాను, ఆడవారికి After 40 sindrom గానూ (ఈరెండూ ఇద్దరికీ ఉండవచ్చుననుకోండి) పేర్కొంటారు. పెండ్లయిన దగ్గరినుండి ఏడు సంవత్సరాల వరకు సంసార సుఖమనే దురద ఉంటుందట, ఆ తరువాత మొగం మొత్తడం మొదలు పెడుతుంది. ఎందుకంటే ఏదైనా రహస్యం ఉన్నదంటే ప్రతివాడు తెలుసుకుందామని చూస్తాడు, కొల్లగొడదామని చూస్తాడు. విషయం తెలిశాక ఒక ఉత్సుకత ఎలా ఉంటుంది? ఆ స్త్రీ అందము, శరీర సౌష్టవము, భావాలు, అలవాట్లు అన్నీ తెలిసిపోయాయి. పాతబడ్డాయి, ఇక విసుగు రాక ఏమౌతుంది. అందుకే మొగవాడు పెండ్లయిన ఏడు సంవత్సరాలకు కొత్తదనాన్ని వెతుక్కుంటూ బైటికి వెళతాడు. 40 సంవత్సరాలు నిండిన స్త్రీకి ముట్లుడిగే సమయం దగ్గర పడుతుంది; చిన్నతనంలోనే పెండ్లిచేసి ఉంటారు, 20 సంవత్సరాలు నిండేసరికి ముగ్గురు పిల్లల తల్లయి కూర్చుంది, వాళ్ళ పాలన పోషణ, పెంపకంలోనే 15 నుండి 20 సంవత్సరాల సమయం గడిచిపోతుంది. ఆర్థికమైన ఇబ్బందులు, ఉమ్మడి కుటుంబమైతే అత్త, మరుదులు, ఆడబిడ్డల సేవ, వీటితో సరిపోయింది. అసలు జీవితమంటే ఏమిటో ఆలోచించే సమయం లేక పోయింది. 40 సంవత్సరాల వయసులో వెనక్కు తిరిగి చూచుకుంటే నేను సుఖపడింది ఎప్పుడు? అసలు జీవించింది ఎప్పుడు, అయ్యో జీవితం అయిపోవస్తోందే అనిపిస్తుంది. అప్పుడే ఈ విసుగు నిండిన జీవితంలోంచి కొత్తదనం వెతుక్కుంటూ బయలుదేరుతారు.

ఈ విసుగు ఎంత బాధపెడుతుందో ఎన్నిరకాలుగా కష్టనష్టాల పాలు చేస్తుందో చూచాం. దీనికి జవాబు ఉద్రేకం కాదని కూడా తెలిసింది. అసలిది ఎందుకు కలుగుతుంది? దీంట్లోంచి బైటపడటం ఎలా?

విసుగు కలగడానికి కారణం మిమ్మల్ని మీరు ఎదుర్కోలేక పోవడమే. ఆలోచించండి ఒకరిద్దరు బోర్‌గాళ్ళు S.D. గాళ్ళు (సెల్ఫ్ డబ్బా కొట్టుకునేవారు) దొరికారు మీకు భయంకరంగా వాళ్ళు సుత్తివేస్తున్నారు. లేచి వెళ్ళిపోదామంటే సభ్యత అడ్డువస్తున్నది... అప్పుడు మీరుపడే నరకయాతన, మీరు ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు కూడా పడతారు. అందుకు కారణమేమిటి? ఒకటే మీరుకూడా అంత బోర్‌గాళ్ళు కావడమే. మీకంపెనీ మీకు బోర్ కొడుతోంది కనుక ఎవరైనా మిత్రుడి కొరకు వెతుకుతారు. వాడుకూడా అందుకే వెతుకుతూ మీ దగ్గరికి వస్తాడు లేదా మీనుండి మీరు తప్పించుకోవడానికి ఏదైనా మనోరంజన కార్యక్రమంలో వ్యస్తమౌదామని చూస్తారు. లేదా మిమ్మల్ని మీరు మరిచి పోవడానికి త్రాగుతారు. ప్రజలు పెండ్లిళ్ళు చేసుకునేది కూడా ఇందుకొరకే.

కాబట్టి మీరు మంచి వక్తలు, విషయ విశ్లేషణామేధస్సు కలిగిన వారైతే, మీరు మాట్లాడితే వినడానికి ఇతరులు, మీరు కూడా సిద్ధపడగలరు. ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు ఏదో ఒక విషయాన్ని తీసుకొని, మీకున్న పరిజ్ఞానంతో దాన్ని లోతుగా విశ్లేషించడం మొదలుపెట్టండి. దాన్ని కాగితం మీద వ్రాయండి. అవసరమైనచోట్ల ఇతర గ్రంథాలు చదవండి. మీకు కావలసిన విషయాన్ని సేకరించండి.

ముందు చెప్పినట్లు యంత్ర సహాయంతో (క్యాలిక్యులేటర్లు; కంప్యూటర్లు) ఉన్న పనిని వేగం చేసి తరువాత ఏం చేయాలో తోచక బోర్ కొడుతూ కూర్చోకండి. మీరు చేసే పనిమీకు ఇష్టమైనదైతే, దాన్ని సాధ్యమైనంత ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దడంలో తృప్తి ఉంటుంది. మీరు మీ సమయాన్ని కూడా సద్వినియోగ పర్చగలరు. ఇక బోరవడానికి టైమెక్కడిది?

గుహల్లో కూర్చొని ఎంతోమంది సాధకులు తపస్సు చేస్తారని మీకుతెలుసు. ఏమి చేయకపోయినా మరి వారెందుకు విసుగు చెందరు? కారణమేమంటే వారు అమనస్కస్థితిని (మనస్సేలేని స్థితిని) ధ్యానంలో పొందారు. వారు పూర్ణులైనారు కనుక బైటవస్తువులతోగాని, వ్యక్తులతోగాని వారికి ఇక అవసరం లేదు. అందరిలో తానున్నాని, తనలో అంతా ఉన్నారని ఎరిగాడాయన. సమిష్టి ప్రకృతి నుండి తాను వేరుగా లేనని తెలుసుకున్నాడాయన. కనుక ఇక ఎన్ని సంవత్సరాలైనా విసుగు చెందక అలా కూర్చుని పోగలడు ఆయన. మీరుకూడా ఆస్థితిని పొందండి అప్పుడు మీకు కూడా రమ్యాలోకదృష్టి వస్తుంది. దేనిలోనూ కల్గించుకోకుండా కేవలం సాక్షిత్వం వహిస్తూనే, చూడబడే ప్రతి వస్తువుఅందాన్ని చూస్తూ దాన్ని ఆనందంగా మార్చుకుంటూ ఉండగలరు. విసుగు, ఉద్రేకంలో నుండి బైటపడి ఆనందాన్ని పొందటానికి చివరి దారి ఇదే.

4. అలసట (Fatigue)

Physical labour carried beyond a certain point is atrocious torture"



మనం ఏదైనా పనిని వేగంగా చేసినప్పుడు కండరాలకు లభించాల్సినంత ఆక్సిజన్ లభించదు. శరీరానికి శక్తి నివ్వడం కొరకు కండరాలలో సంచితమై ఉన్న గ్లైకోజన్ (Glycogen) ఫర్మెంటేషన్ క్రియ వల్లలాక్టిక్ ఆమ్లంగా (Lactic Acid) మారుతుంది. ఈ లాక్టిక్ ఆమ్లం కారణంగానే మనలో పనిచేయగల శక్తి తగ్గిపోతుంది. శరీరం యొక్క ఈ స్థితినే మనం అలసట (Fatigue) అంటాము. కండరాలు పనిచేయడం వల్ల శరీరంలో ఇంకా వేరేకొన్ని పదార్థాలు కూడా తయా రవుతాయి; వాటిని ఫటీగ్‌టాక్సిన్ (Fatigue toxin) అంటారు. రక్తం ద్వారా ఈ టాక్సిన్, ఆమ్లము శరీరమంతా వ్యాపిస్తాయి. దీనివల్ల శరీరము, మనస్సు రెండూ

అలసిపోతాయి. శరీరంతో కాక కేవలం మనసుతో పనిచేసినా (ఆలోచించడం; వ్రాయడం, చదవటం మొ॥) సరే శరీరంలో ఈ టాక్సిన్, ఆమ్లాలు తయారవుతాయి.

ఈ అలసట అనేది కేవలం ఒక రసాయనిక ప్రక్రియ మాత్రమే కాదు ఇది జీవక్రియ. ఇది శరీర సురక్షాక్రియ (Defence Mechanism) ఈ అలసట కలిగినప్పుడు ఇక శరీరాన్ని గాని, మనసునుగానీ వాడకూడదు. వాటికి విశ్రాంతినివ్వాలి అని తెలుస్తుంది. శరీరంలో అలసట వల్ల తక్కువైన గ్లయికోజిన్, ఆహారం స్వీకరించడం వల్ల కూడా కొంత సేకరించబడుతుంది కాబట్టి అలసి పోయినప్పుడు మనకు ఆకలవడం కూడా సహజమే. ఈ అలసట తీరాలంటే కొన్ని గంటల విశ్రాంతి, చక్కటిస్నానం, రుచికరమైన ఆహారం, కొన్ని గంటల నిద్ర అవసరం.

ఎదిగే పిలలు ఫ్యాక్టరీలలో పనిచేయడం వల్ల వారి పెరుగుదల ఆగిపోతుందని కొందరు పరిశోధనకారులు చెబుతున్నారు. ఇదే పరిస్థితి ప్రస్తుతం స్త్రీలకు కూడా కలుగుతోంది. 13-14 సంవత్సరాల వయస్సులో పెండ్లయి, 20 నిండకముందే ఇద్దరు ముగ్గురు పిల్లల తల్లులైన వారు పాతిక సంవత్సరాలకే నలభై ఏండ్లవారిలాగాను, 30 దాటితే 50 దాటిన వారిలాగానూ కనిపించడం మొదలు పెడతారు. ఇదీ ఎదిగే వయసులో శరీరాలకు, మనసులకు అలసట కలగడం వల్ల వచ్చే ప్రమాదం.

ఇక సిటీలు పెరిగిపోతున్న ఈ రోజుల్లో, సిటీ మధ్యలో ఇల్లు అద్దెకు తీసుకోగల డబ్బు లేక ఎక్కడో సిటీ పొలిమేరల్లో ఉండే చిన్నచిన్న ఉద్యోగస్తులకు 8 గం॥ పనితోపాటు 6నుండి 8 గంటల ప్రయాణపు అలసట ఎక్కువగా వచ్చి చేరుతుంది. శబ్దనీటి, గాలి కాలుష్యాల వల్ల కలిగే అలసట ఇంతింతని చెప్పలేము.

వీటన్నింటికన్నా ముఖ్యమైంది మానసిక అలసట. సమస్యలు అందరికీ ఉంటాయి. ఈ అలసటలకు తోడుగా ఈ సమస్యలను గురించి రాత్రులు ఆలోచిస్తూ కూర్చుంటే రేపు మళ్ళీ మసస్యలనుఎదుర్కోవడానికి కావలసిన శక్తిని ఇచ్చే విశ్రాంతి కరువవుతుంది. పొద్దున పక్కమీంచి లేచేసరికే అలసిపోయిఉంటే ఆ రోజంతా పని చేసేది ఎలా?

కనుక ఈ స్పీడ్ యుగంలో సమస్యలు, ఇబ్బందులు అనివార్యమనే విషయాన్ని గ్రహించి వీలైనంత వరకు శరీరానికి, మనసుకు విశ్రాంతిని ఇచ్చిన ప్పుడే మనిషి ఆనందంగా మనగలుగుతాడు.

5. అసూయ (ENVY)



నాకిది లేదే వాడికి ఉన్నదే అని బాధపడటం ఈర్ష్య. ఇది ముదిరి అసూయగా మారుతుంది. నాకు లేకపోతే పోయింది, వాడికి మాత్రం ఎందుకుండా లనుకోవడం అసూయ. ఇది ముదిరితే ద్వేషంగా మారుతుంది. ద్వేషం అన్న పదం సంస్కృతంలో **"ద్విష్"** అనే ధాతువు నుండి వస్తుంది. "ఇద్దరికీ విషం" అని

దానికిఅర్థం. ద్వేషించేవాడు అవకాశం చూసుకొని తన ప్రత్యర్థిని ఏదో ఒక రకంగా హింసిస్తాడు కనుక వీడిలోని ద్వేషం వాడికి విషం, అలాగే ఏ రకంగా వాడిని నాశనం చేద్దామా అనే ఆలోచనతో తిండి సహించక, నిద్రపట్టక వాడు బాధపడుతుంటాడు కనుక వీడికికూడా ఇది విషమే.

ఈ జాడ్యం లేకుండా ఉంటే, ఆనందంగా ఉండవచ్చు. ఎందుకంటే ఈ ప్రపంచంలోకి ప్రతివాడు ఒంటరిగానే వచ్చాడు. గుంపులుగా రాలేదు; నీ బ్రతకు నీది, వాడి బ్రతుకు వాడిది అయినప్పుడు వాడితో పోల్చుకోవడం మూర్ఖత్వం కాదా. అయితే ఈ జబ్బు ఈర్ష్యస్థాయిలో ఉన్నప్పుడు అంత ప్రమాదకరంగా ఉండదు. తనకన్నా ముందున్న వాణ్ణి పోల్చుకొని, వాడికి ఉన్నది ఏమిటి నాకు లేనిది ఏమిటి అనే విషయాన్ని గురించి ఆలోచించి, లేనిదాన్ని పొందటం కొరకు ప్రయత్నిస్తారు. కానీ ఇది ముదిరి అసూయగా మారినప్పుడే ప్రమాదం. నాకులేనిది వాడికి ఉన్నది కనుక వాణ్ణికూడా గుంజి క్రిందకు లాగి నాస్థాయికి తేవాలి అని ప్రయత్నిస్తారు.

ప్రపంచం మొత్తంమీద ఉన్న ఎంద్రకాయల నన్నింటినీ సేకరించి ఒక పెద్దమనిషి ప్రదర్శన పెట్టాడట. వాటిని చూడటానికి వచ్చిన వాళ్ళలో కొందరు అతడితో "మీరు ఈ గాజుడబ్బాకు మూత పెట్టడం మర్చిపోయినట్టున్నారు. ఇందులో నుంచి ఎండ్రకాయలు పాకి బైటకు పోగలవు జాగ్రత్త" అన్నారు. ఈ ప్రదర్శకుడు నవ్వుతూ "నేను మూత పెట్టడం మరిచి పోలేదండి, వాటి స్వభావం నాకు తెలుసు, ఆ జాతి ఎండ్రకాయలు పారిపోవు, అందులో ఒకటి కాస్త పైకెక్కితే చాలు రెండవది దాని కాలుపట్టుకుని కిందికి లాగుతుంది. ఇవి భారతీయ ఎండ్రకాయలు అన్నాడు.

ఈ అసూయ ఇంకా ముదిరి ద్వేషంగా మారితే, అది అంత త్వరగా కుదురుకునే రోగంగా ఉండదు. అసూయతో ఇతరులను క్రిందికి లాగి పతనం చేద్దామనే ప్రయత్నంఉంటే, ద్వేషంలో ఎదుటివాణ్ణి నాశనం చేద్దామనే స్వభావం దాగి ఉంటుంది.

Half of being smart is knowing what you're dumb at.

మనం ఏ విషయంలో అజ్ఞానులమో తెలుసుకోవడంలోనో సగం జ్ఞానం దాగిఉంది. జ్ఞానం అచరణా వేరుకాదు. తెలుసుకున్న విషయాన్ని ఆచరించడం లేదంటే అసలది తెలుసుకోలేదనే అర్థం. ఆనందం అందరికీ కావాలి. నాకు వద్దు అనేవారు నాకు ఇంతవరకు కనబడలేదు. దానికి అడ్డుగా ఉన్నది అసూయ. ఇది విషం ఇంకా ముదురుతే ఇది ద్వేషమె సైనెడ్ లాంటి ప్రాణాంతకమైన విషంగా మారుతుంది. అటువంటి విషంమీరు తినేఅన్నంలో కలిసి ఉన్నది అని ఎవరైనా చెబితే, అలాగా అంటూ మామూలుగా అన్నం తినే వారుఎవరన్నా ఉన్నారా? ఒకవేళ ఉంటే వాడికి ఆ విషయం (అసూయ విషం అని) అర్థం కాలేదన్నమాట. అది జ్ఞానంగా మారలేదన్నమాట ఇంకా వాడు అసూయలోనే ఆనందాన్ని వెతుకుతున్నాడని గ్రహించండి.

6. పాపం అనే తలపు (The Sense of sin)

7. ఇతరులు బాధిస్తారనే వెఱ్ఱి (Persecution Mania)

8. ప్రజాభిప్రాయాన్ని గూర్చిన భయం (Fear of publicopinion)

"You are what you are when nibody is looking

- A. LADERS



పాపంఅనే తలంపు భూతకాలానికి చెందిది; ఇతరులు బాధిస్తారనే వెఱ్ఱి వర్తమానానికి చెందింది; ప్రజాభిప్రాయాని గూర్చిన భయం భవిష్యత్తుకు చెందింది. ఈ మూడూ ఉన్నా లేక మూడింట్లో ఏ ఒక్కటి ఉన్నా ఆనందంగా జీవించలేమంటున్నారు బట్రాండ్ రస్సెల్.

డా॥ సిగ్మండ్ ఫ్రాయిడ్ మనస్సును మూడు భాగాలుగా విభజించి వాటికి 1. ఇడ్ Id (అది) 2. ఈగో Ego (అహం) 3. సూపర్ ఈగో Super Ego (అధ్యహం) అని పేరు పెట్టాడు.

ఇడ్‌లో సంస్కారాలను సహజాత ఉత్సుకలు (Instinctive drives) అన్నాడు. వీటి ప్రేరక శక్తిని 'లెబిడో" అన్నాడు. ఈ సంస్కారాలు బర్బరమైనవి. వీటికి సాంఘిక నియమాలు, నీతులు, వ్యవహారిక సమస్యలతో సంబంధంలేదు. వీటిని అనుభవింపనిస్తే సమిష్టి సాంఘిక సహజీవనం దెబ్బ తింటుంది. వీటిని తొక్కిపడితే వయ్యక్తిక జీవనం దెబ్బ తింటుంది. వ్యక్తి అనేక మానసిక రుగ్మతలకు లోనౌతాడు.

బలమైన ఇడ్, అహం బలహీనంగా ఉన్నప్పుడు ఆలోచనా రహితమైన తన "అహం వాంఛలు' (I wants) పూర్తి చేసేలా చేస్తుంది. ఈ ఇడ్ ప్రేరణవల్ల తాను చేసిన పనులకు అహం అనేక తిరస్కారాలకు, అవమానాలకు గురి అవుతుంది. పరిసరాలు (తల్లిదండ్రులు, ఇతర పెద్దలు సంఘము, సంస్కృతి, మతం మొదలైనవి) కాదన్న వస్తువులను, వ్యవస్థను, వ్యవహారాన్ని, వ్యక్తులను ఇడ్ ప్రేరణవల్ల అహం కోరుతుంది. ఇటుఇడ్‌కు అటు పరిసరాలకు మధ్య వ్యక్తియొక్క అహం నలిగిపోతుంది. **"విడవమంటే పాముకుకోపం, కరవమంటే కప్పకు కోపం"** అన్న సామెతలాగుంటుంది.

సంఘం దృష్టిలో దురాచారంగా నిర్ణయించబడే పనేదైనా చేయమని ఇడ్ అహాన్ని ప్రేరేపిస్తుంటే, ముందు అహం మౌనంగా ఊరుకుంటుంది. ఇడ్‌లో ఆతృత పెరిగి త్వరగా చేయమని యాగిచేస్తుంటే, అందుకు సంఘం ఒప్పుకోదు కనుక చేయనంటుంది. అయినా ఇడ్ వినక మొరాయిస్తే మానవుడు సంఘజీవి కనుక సమాజంకొరకు కొంతయినా ఇష్టాన్ని స్వార్థాన్ని త్యాగం చేయాలని ప్రబోధిస్తుంది. అయినా ఇంకా ఇడ్ గోల చేయడం ఆపకపోతే, ఇదే కోరికను సాంఘిక నియమాల, కట్టుబాట్ల చెటియలి కట్టలలో తీరుస్తానంటుంది. అందుకు కూడా ఇడ్ ఒప్పుకోకపోతే,

సరేనువ్వు చెప్పినట్టు చేస్తాలే. గాని నలుగురి ముందు చేయాల్సిన పని కాదు కదా మంచి సమయం రానీయి ఎవరూ చూడనప్పుడు చేద్దాం ఆ పని అని ఆ పనిని వాయిదా వేస్తుంది అహం. ఇక్కడిదాకా వచ్చిన తరువాత ఇడ్ ప్రేరణలో అహం, సంఘం దురాచారంగా పరిగణించే పని చేయడమే జరుగుతుంది (ఏదో ఒకనాటికి–అవకాశం దొరికినప్పుడు) వేళ్ళమీద లెక్కించగలవారు మాత్రమే దీన్ని తొక్కిపడతారు. ఇలా తొక్కిపట్టినవాళ్ళు పిచ్చివాళ్ళన్నా అవుతారు లేక ఏదో ఒక మానసిక రుగ్మతకు లోనౌతారు. లేదా సంఘం దృష్టిలో తప్పుగా పరిగణించబడే పనిచేసి పాపం చేశామనే తలపుతో బాధపడుతూ ఉంటారు. లేదా మళ్ళీ మళ్ళీ అదే తప్పుచేసి సంఘ విద్రోహక శక్తులుగా మారుతారు. లేదా చట్టం చేతిలో పడి నేరస్తులుగా పరిగణింపబడి జైలుపాలౌతారు. జైళ్ళలో ఉన్నవాళ్ళు పశ్చాత్తాపబడి మారడం (ముఖ్యంగా భారతీయ జైళ్ళలో) సామాన్యంగా జరుగదు. ఇక వీరందరిలా కాక నూటికి కోటికి ఒక్కరు మాత్రం ఇడ్‌ప్రాక్తన శక్తిని సంఘ ఉపయోగకర మార్గంలోకి మళ్ళిస్తారు. దీనినే ఉదాత్తీకరణం (Sublimation) అంటారు. గొప్ప పరిశోధకులు, కళాకారులు మొదలైనవారు ఈకోవకు చెందినవారే.

తప్పుచేసి పశ్చాత్తాపపడే విధానంలో వచ్చి చేరుతుంది మనస్సు యొక్క మూడవభాగం అధ్యహం (Super ego). దీన్నే అంతరాత్మ అంటారు. అహం చేసిన పనిని గూర్చి గుచ్చి ప్రశ్నిస్తూ ఇడ్‌ను లొంగదీసుకోలేకపోయిన అహాన్ని తిడుతూ అహంలో అపరాధ భావనను (Sense of guilt) సృష్టిస్తుంది.

అయితే డా॥ ఫ్రాయిడ్‌గాని ఆ తరువాత వచ్చిన ప్రముఖ మనస్తత్వవేత్తలయిన కార్ల్ గుస్తవ్‌జంగ్ గానీ (Carl gustav Jung) లేక ఆల్ ఫ్రెడ్ అడ్లర్ గానీ, (Alfrec Adler) ఈ అచేతనం (unconscious or Id) అధ్యహం సహజమైనవి (Natural) అన్నారు కానీ కావు, ఇవి రెండు ఈ నాగరిక సమాజం సృష్టించినవే.

ప్రకృతియొక్క శాశ్వత ధర్మాలు (Eternal Values) కొన్ని ఉన్నాయి. వాటివల్ల మనిషికి ఎటువంటి ప్రమాదము రాదు. ఇవి కాక నిరంతరం మార్పు చెందే సాంఘిక ధర్మాలు (Efimeral Values) కొన్ని ఉంటాయి వీటివల్లే మనిషి నలిగి పోతాడు.....

మేము చిన్నతనంలో బళ్ళో చదువుకునేప్పుడు ఒకసారి విహార యాత్రకు (ఎక్స్‌కర్షన్) వెళ్ళాము. పది గంటలకు భోజనాలు ముగించుకుని బస్సుల్లో కూర్చున్నాము. పదకొండు గంటలకు బస్సులు బయలుదేరాయి. సాయంకాలం యాత్రా స్థలానికి వెళ్ళేసరికి నాలుగయ్యింది. మేమంతా ఆటల్లో పడ్డాము. మూడు బస్సులో 165 మందికి, 15 మంది పెద్దలకు వంటలయ్యే సరికి రాత్రిళ్ళు ఏడు గంటలయ్యింది. బాగా ఆడిఅలిసిపోయి ఉన్నాము పైగా మధ్యాహ్నం భోజనం చెయ్యలేదేమో బాగా ఆకలి మీద ఉన్నాము. మేమంతా ప్లేట్ల మీదికి దూకుతూ ఉంటే మా మిత్రుడొకడు ముభావంగా ఊరుకున్నాడు. వాడుజైనుల పిల్లవాడు. వాళ్ళ సంప్రదాయంలో సాయంకాలం సూర్యాస్తమయమైతే ఇక భోంచేయకూడదు.

అందువల్ల వాడు తిననన్నాడు. పైగా కూరలో బంగాళదుంపలు, ఉల్లిపాయలు ఉన్నాయి. భూమి క్రింద పండే గడ్డలు మొదలైన పదార్ధాలను జైనులు తమోగుణ ఆహారంగా పరిగణిస్తారు. అవి చీకట్లో (సూర్యుడి వెలుతురు చూడకుండా) పండుతాయి కనుక వాళ్ళు వాటిని తినరు.

మేము వాడికి ఎన్నో విధాల నచ్చచెప్పిచూశాము. పొద్దుననగా ఎప్పుడో తిన్నావు పైగా ప్రయాణపుఅలసట, ఆటపాటల అలసట, ఆకలితో నువ్వు రాత్రికి నిద్ర పోలేవు తిను తిను అంటూ బలవంత పెట్టాము. మేమెవరమూ ఆ విషయం వాడి తల్లిదండ్రులకు తెలియనియ్యమన్న తరువాత వాడు మొత్తానికి కాస్త అన్నం తిన్నాడు. కానీ విచిత్రం తినగానే వాడికి వాంతి అయ్యింది. మేమంతా రాత్రి హాయిగా నిద్రపోతుంటే, తినమన్నందుకు మమ్మల్ని తిట్టుకుంటూ పాప భీతితో వణికిపోతూ పాపం ఆ రాత్రంతా వాడు అలాగే కూర్చుండిపోయాడు.

ఈవిషయం చదివిన వారికి ఆశ్చర్యం కలగవచ్చు (తక్కిన కుల మతాల వారికి) అదే ఒక ఛాందస జైన సంప్రదాయవాది చదువుతే "బాగా అయ్యింది, జైన పిల్లవాడై ఉండి నిషిద్ధతమోగుణ పదార్థం ఇదికూడా సూర్యాస్తమయం తర్వాత తింటాడా, ఆ పాపమే వాణ్ణి పామై కాటేసింది అంటాడు. వందమంది ముస్లిమ్‌లు కూర్చుని ఆవుమాంసం తృప్తిగా తింటుంటే అందులో కూర్చుని అదే మాంసం ఒక హిందువు తిన్నా వెంటనే వాంతి చేసుకుంటాడు. అలాగే పందిమాంసం ముస్లిమ్‌ను వాంతి చేసుకునేలా చేస్తుంది. పాము మాంసం జపనీయులు పసందుగా తింటుంటే భారతీయులు వాంతి చేసుకుంటారు. చైనీయులు రుచిగా ఉందని లొట్టలేసుకుంటూ పిల్లిమాంసం తింటుంటే తక్కినవారు హరిహరీ అంటూ పారిపోతారు.

ఆ జైనుల పిల్లవాడు మాతో పాటుగా బంగాళాదుంపలు ఉల్లిపాయల కూర తింటూ ఉన్నప్పుడు ఆ పనిని పాపమని భావించలేదు (పాపం అనుకొని ఉంటే తినే వాడు కాదు) వర్తమాన కాలంలో కేవలం వాడికి ఇతరులు బాధిస్తారనే వెఱ్ఱి ఉండేది. జైనులెవరైనా చూస్తే దండిస్తారనే వెఱ్ఱి ఉండేది. మేము అభయం ఇవ్వడంవల్ల వాడి "ఇడ్"కు మేము బలమిచ్చి వాడి "అహం"తో ఆపని చేయించ గలిగాము. కానీ రాత్రికి పాపం చేసానే అనే తలంపు తీసుకొచ్చింది పెట్టింది వాడి అధ్యహం (అంతరాత్మ). మళ్ళీ పొద్దున్నే మా ఇంట్లోగానీ నేను బంగాళా దుంపలు ఉర్లగడ్డ తిన్న విషయం చెప్పరు కదా అని ఒక వందసార్లయినా మమ్మల్ని అడిగిఉంటాడు వాడు. అప్పుడు వాడిని పట్టుకున్నది ప్రజాభిప్రాయాన్ని గూర్చిన భయం.

దక్షిణ భారతదేశంలో మేనరికాలు అలవాటు ఉంది. తండ్రి తోబుట్టువుల పిల్లను లేదా మేనమామ (తల్లి సోదరుల) పిల్లలను పెండ్లాడటం సంప్రదాయం, ఇందులో తప్పేమీ కనపడదు. ఆ సంప్రదాయంలో అలా చేసుకున్నవాణ్ణెవణ్ణి అధ్యహం పాపభీతిని రేపి బెదిరించదు. ప్రజలు (బంధుగుణం) వారినేమీ అనరు, కానీ తల్లి తోబుట్టువు (తల్లి చెల్లెలు) పిల్లలను చేసుకుంటానంటేనాలుక చీరేస్తామంటారు "చెల్లెల్నే చేసుకుంటాననడానికి నీకు సిగ్గులేదురా?" అని ప్రశ్నిస్తారు. ముస్లిమ్‌లలో ఇందుకు

పూర్తిగా వ్యతిరేకం. వారు పిన్ని బిడ్డలను (తల్లి చెల్లిలి సంతానం) చేసుకోవచ్చు. మేనరికాన్ని మాత్రం (తల్లి సోదరుడి పిల్లలు) చెల్లెండ్లుగా పరిగణించాలి. ఉత్తర భారతానికి వెళితే ఈ రెండు వైపుల వరసలు ఇటు తల్లి వైపునగానీ తండ్రివైపునగానీ వాళ్ళు అన్ని సంబంధాలు నిషేదిస్తారు. వారు వారి సంతానం అంతటినీ సోదర సోదర ఈ భావంతోనే చూడాలి. కానీ హర్యానా జాట్ (రైతులు) లలో పంజాబ్‌లోనూ అన్న చనిపోతే పదినని చేపట్టే దేవరాయణ న్యాయం ఇప్పటికీ ఉంది (ఆ ప్రాంతాలలో ఉద్యోగం చేసిననాకు ఈ విషయం స్పష్టంగా తెలుసు) హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లోని కొన్ని జాతులలో అన్నదమ్ములంతా కలిసి ఒకే స్త్రీని చేపట్టడంకూడాఉంది. ఈజిప్ట్‌లోని రాజవంశాలలో సొంత అన్నాచెల్లెళ్ళు, అక్కాతమ్ముళ్ళు పెళ్ళాడటం (రాజరక్తం ఇంకొక రక్తంతో కలిసి కలుషితమవకూడదనే ఛాందసమది) ఉండేది. ఒకప్పుడు వితంతువు మళ్ళీ వివాహమాడటానికి గడగడ లాడిపోయేవారు. వివాహం దాకా ఎందుకు, జుట్టు తీయకుండా ఉండాలంటేనే ప్రజాభిప్రాయాన్ని గూర్చిన భయంతో కాళ్ళు చల్లబడేవి. ఇప్పుడు వారి అంతరాత్మల ప్రబోధ వేగం తగ్గింది. ఇలా చెబుతూపోతే మారినవి, మారుతున్నవి, ఇక ముందువచ్చి మళ్ళీ మారబోయేవి అయిన అశాశ్వత సాంఘిక విలువలు ఎన్నెన్నో, ఒంటరిగా మనలేక కలిసి ఉంటే కలదు సుఖం అంటూ సంఘాన్ని నియమించుకున్న మానవుడు చేజేతులా సృష్టించుకున్న నరకమిది. వాటిలోపడి ఇడ్, అహం, అధ్యహం ల మధ్య నలుగుతూ ఉంటాడు. ఈ అసౌఖ్యంలో ఉన్న మానవుడికి ఆనందమేది? అని ప్రశ్నిస్తున్నాడు రస్సెల్.

బట్రాండ్ రస్సెల్ "Why I am not Christian"? (నేను ఎందుకు క్రైస్తవుడి నికాదు) అనే పుస్తకమొకటి వ్రాశాడు. అందులో తాను క్రైస్తవుడు కాకపోవడానికి చెప్పిన కారణాలలో ఒకటి ఇది..... "నేనెంతకాలం బ్రతుకుతాను? ఎక్కువలో ఎక్కువ 100 సం॥ (ఆయన 97 సం॥ బ్రతికాడు) అందులో నేను మేల్కొని ఉండేది ఎన్ని రోజులు? మహాఅంటే 60నుండి 70 సం॥, అందులో నా తక్కిన పనులకు ఎంతకాలం పడుతుంది? నాకు పాపం చెయ్యడానికి ఎన్ని అవకాశాలు దొరుకుతాయి? వాటిల్లో ధైర్యంగా ఎన్ని చేస్తాను? నేను చేసే ఆ కాస్త పాపానికి నాకు ఏకోర్టులో నన్నా శిక్ష పడ్డా మహా అంటే యావజ్జీవ కారాగారశిక్ష అంటే 20 సం॥ల శిక్ష పడవచ్చు. కానీ లాస్ట్ జడ్జ్‌మెంట్ (కయామత్ ఆఖరి నిర్ణయం చనిపోయిన వారంతా గోరీలలో పడి ఉంటారని, దేవుడే సృష్టిని అంతంచేసేప్పుడు వీరందరి పాపాలు పుణ్యాలు లెక్కచూసి శాశ్వతంగా వారిని స్వర్గానికో నరకానికో పంపుతారని విశ్వసిస్తారు) తరువాత నన్ను శాశ్వతంగా నరకంలో వేస్తారా ఇదెక్కడి న్యాయం? కనుకనే నేను క్రిస్టియన్‌ను కాదలచుకోలేదు" అని వ్రాశాడు.

మార్క్‌ట్వైన్ (Mark Twain) ద అడ్వెంచర్స్ ఆఫ్ హాకల్‌బెరిఫిన్ (The Adventures of Hucklberryfinn) అనే పుస్తకం వ్రాశాడు. అది అమెరికాలో నీగ్రో బానిసత్వపు రోజులను ప్రతిబింబించే కథ, నీగ్రోలను సాటి మనుషులుగా కాక

కేవలం సంపత్తిగా తెల్లవాళ్ళు పరిగణిస్తున్న సాంఘిక పరిస్థితులు అవి. హక్‌ఫిన్ అనే పిల్లవాడు (వాడే హీరో) ఇంట్లోనుండి పారిపోతాడు. వాట్సన్ (Watson) అనే విధవరాలి బానిస జిమ్ అనే నీగ్రోకూడా పారిపోతూ హక్‌ఫిన్‌తో కలుస్తాడు. అప్పుడు ఆ పిల్లవాడి మనస్సులో ఘర్షణ మొదలవుతుంది. చిన్నప్పటి నుండి చర్చిలో నీగ్రోలు తెల్లవాళ్ళ సంపత్తి అనీ, వాళ్ళు పారిపోతుంటే తెలిసికూడా తెల్లవాడు చెప్పకపోవడము, వాడికి సహాయం చేయడము మహాపాపమని, అలా చేసినవాడు నరకానికి పోతాడు అని విని ఉన్నకారణాన, జిమ్‌ను పట్టిఇవ్వాలని ఒక్కొక్కసారి వాడి అంతరాత్మ ప్రబోధిస్తుంది. వాడి ఇడ్ దానిని వ్యతిరేకిస్తుంటుంది. ఈ రెంటిమధ్య పిల్లవాడి 'ఈగో' నలిగిపోతూ ఉంటుంది. వాడి ఆలోచనలు ఇలా సాగుతూ ఉంటాయి... "పాపం, ఆ బీద విధవరాలి సంపత్తయిన నీగ్రో పారిపోతుంటే సహాయం చేయడానికి నీకు సిగ్గులేదు" అంటుంది. వాడిఅంతరాత్మ, "ఒరేయ్ హక్‌ఫిన్! ఇవాళ కాకపోతే రేపైనా నువ్వు నీగ్రో పారిపోవడానికి సహాయపడ్డావని ప్రజలకు తెలుస్తుందిరా, ఆ తరువాత సెంట్‌పీటర్‌బర్గ్‌లో నువ్వు తలెత్తుకు తిరగగలవా,అలా అని ఇటువంటి పాపిష్టి పని చేసిన తరువాత దాక్కుంటే మాత్రం నిన్నాపాపం విడిచి పెడుతుందనుకుంటున్నావా?" ఇలా వాడి అంతరాత్మ అంటుంటే చివరికి వాడి అహం తెగించి ఈ మాట అడుగుతుంది. "సరే, ఆ బానిసను పట్టిచ్చే మంచి పనిచేశావనుకో అప్పుడు నిన్నునువ్వు క్షమించుకోగలవా? లేదు లేదు క్షమించుకోలేను. అటువంటప్పుడు మంచిచేయడం నేర్చుకోవడం వల్ల ఉపయోగమేమిటి? మంచి,చెడు ఏది చేసినా ఫలితం ఒకటే అయినప్పుడు ఏదిచేస్తే ఏం?" చివరికి హాక్‌ఫిన్ నీగ్రో జిమ్‌ను పట్టి ఇవ్వకూడదనే నిర్ణయానికి వస్తాడు.

కాలప్రవాహంలో ఇలా మారే సాంఘిక విలువలు, ఆచారాలు, వ్యక్తిగత వాంఛలు, అవసరాలు మానవత్వాల మధ్య జరిగే ఘర్షణలలో మానవుడికి ఆనంద మేది? కాబట్టి పాపం అనే తలపును, ఇతరులు బాధిస్తారనే వెర్రిని, ప్రజాభి ప్రాయాన్ని గూర్చిన భయాన్ని విడిచినవాడు ఆనందంగా జీవించగలరు. అయితే వెంటనే ఎదురయ్యే ప్రశ్న ఏమిటంటే ప్రస్తుతం ఉన్న సాంఘిక ఆచారాలను వ్యతిరేకించి 'ఇడ్' చెప్పినట్లుగా బర్బరత (అనాగరికత)ను ఆశ్రయించి బ్రతకమం టారా? లేదు అలా వ్యతిరేకిస్తే ఏమవుతుందో గుడిపాటి వెంకటాచలం జీవితాన్ని చూసినప్పుడు నీకర్థమౌతుంది.

సాధ్యమైనంత వరకు సాంఘికనియమాలకు వ్యతిరేకమైన పనిఏదీ చేయ కండి. రాజారాంమోహన్‌రాయ్ లాగా మొత్తం సాంఘిక ఆచారాలనే మార్చగల స్థైర్యం, దీక్ష, పట్టుదల మీకుంటే ముందుకు సాగండి. అంతేగాని ఇతరులు బాధిస్తారేమోననే వెర్రి మనసులో పెట్టుకొని బితుకు బితుకుమంటూ దొంగలాగా ఆ పనిచేయ కండి.

ఒకవేళ ఏ కారణం చేతనయినా సాంఘిక నియమాలకు వ్యతిరేకమైన పనిమీరు చేసిఉంటే, దాన్ని తలుచుకుని పాపం చేశానే అని పశ్చాప్తాప పడకండి.

హై! కు ఫ్రేశర్ తబియత్ మేc మేరీటూటేహుఏ సాజోంకా మాతమ్।

ముతరిబె-ఫర్దాహూc 'సాగర్' మాజీకే ఆజాదారోc మేనహీcI।

నా పగిలిపోయిన పడవ అనే భూతకాలపు పాపాన్ని గురించి చింతించను. ఆ విషయం ఎత్తడమే వ్యర్థం. నేను భవిష్యత్ గీతాన్ని గానంచేసే వాణ్ణేగాని జరిగిపోయిన దాన్ని గూర్చి ఏడ్చే వాణ్ణికాను.

లేదా రేపు ప్రజలకు ఈ విషయం తెలుస్తే ఏమనుకుంటారోఅని ఏడుస్తూ కూర్చోకండి. ఎందుకంటే ప్రజలకు ఈ విషయం తెలుస్తే కొంతకాలం వరకు దీన్నిగూర్చి చర్చించవచ్చు లేదా నీమీద రాళ్ళు రువ్వవచ్చు కానీ ఎల్లకాలం పట్టుకు వేళ్ళాడతారని మాత్రం అనుకోకు. వాళ్ళ సమస్యలు వాళ్ళకున్నాయి. లేదానీలాగా సాంఘిక దృష్టిలో తప్పు చేసేవాళ్ళు ఇంకాచాలా మంది ఉన్నారు. కాబట్టి పాపం ఈ ప్రజలకు నిన్నే తిడుతూ కూర్చోవడానికి తీరికేది?

భూత భవిష్యత్ వర్తమానాలకు అతీతుడవైన ఆనందంగా సాగిపో.

B. ఆనందానికి మార్గం

ఇప్పటివరకు రస్సెల్ యొక్క రసమార్గంలో అసౌఖ్యత జనించడానికి గల ఎనిమిది కారణాలను విశ్లేషించాము. ఇక ఆయన ఆనందమార్గంలో ఈ క్రింది ఆరు మైలురాళ్ళను చూపుతున్నాడు. వాటినికూడా విశ్లేషిద్దాం రండి....

1. ఉత్సాహం (Zest), 2. ప్రీతి (Effection), 3. కుటుంబం (The Family), 4. పనిచేయడం (Work), 5. స్వార్థం లేని అభిరుచులు (Impersonal interwsts), 6. ప్రయత్నము-విరామము (Effort and Resignation)



1. ఉత్సాహం (Zest), ప్రీతి (Effecton),కుటుంబం

The Family when the shoe fits the foot is forgotten. when the belt fits.The belly is forgotten.When the heart is right, for and against are forgotten

- TAO

కాలికి చెప్పు సరిగ్గా పడితే కాలి సంగతే మరిచిపోతాం. బెల్ట్ సరిగ్గా పడితే నడుమే మరిచిపోతాం. హృదయం బాగుంటే అనుకూలత, వ్యతిరేకత అనేవే గుర్తుండవు

- తావో

అవును మరి ఇద్దరూ ఇమడ గలిగితే కుటుంబమంత ఆనందంలేదు. కానీ వేమన చెప్పులో రాయితో పోల్చినట్లుగా ఇంట్లో పోరు ప్రత్యక్ష నరకాన్ని సృష్టిస్తుంది.

'ఇమాన్యువల్‌కంట్' గొప్ప దార్శకనికుడు, తార్కికుడు. ఒకసారి ఒకస్త్రీ తాను ఆయనను ప్రేమిస్తున్నానని, తనను పెండ్లిచేసుకోమని ప్రస్తావన తీసుకు వచ్చింది. ఆయన ఆ విషయంలో ఆలోచిస్తున్నాడు.

మూడు సంవత్సరాల తరువాత ఒక నోట్‌బుక్ పుచ్చుకొని ఆమె ఇంటికి వెళ్ళాడు. తలుపు తడితే ఆవిడ తండ్రి తలుపుతీశాడు. చాలా రోజుల తర్వాత వచ్చిన అతనను సత్కరించి కూర్చోబెట్టాడు. ఇమాన్యువల్ తన పుస్తకం తీసి ముందు వివాహం వల్ల కలిగే హానిపైన అనే విషయాలు చదివాడు. తరువాత దాదాపు మళ్ళీ అంత సుదీర్ఘకాలం వరకు వివాహం వల్ల కలిగే లాభాన్ని గూర్చిన అనేక విషయాలు ఎత్తుకున్నాడు ఓపికగా అన్నీవిన్న ఆయన "బాగానే ఉంది కానీ ఇదంతా నాకెందుకు,ఇప్పటికి ఒకసారి చేసిన తప్పుకే బాధపడుతున్నాను, మళ్ళీ వృద్ధాప్యంలో ఎట్లాగూ నేను పెండ్లిచేసుకోను, మరి ఇదంతా నాకెందుకు వినిపించావు? అన్నాడు. ఇమాన్యువల్ "మీ కొరకు కాదండి ఇదంతా నా కొరకే, వివాహం చేసుకోవడంవల్ల వచ్చే మంచి చెడులను గురించి విశ్లేషించడానికి నాకు మూడు సంవత్సరాలు పట్టింది. వివాహం వల్ల కష్టాలు, సుఖాలు సమానంగా ఉన్నాయి కనుక చేసుకోకుండా బాధపడటం ఎందుకు? చేసుకునే బాధపడదాం అనే నిర్ణయానికి వచ్చాను. మీ అమ్మాయి నన్ను పెండ్లాడతానన్నది. ఆ విషయంలో నా సమ్మతి తెలియజేయడానికి వచ్చాన" అన్నాడు. ఆ ముసలాయన నవ్వుతూ "ఇన్నాళ్ళకు నువ్వు వివాహం చేసుకోవాలనే నిర్ణయానికి రావడం ఆనందదాయకం. కానీ నాయనా ఒక సంవత్సరం పాటు నీకోసం ఎదురుచూసి రెండేళ్ళ క్రితం మా అమ్మాయి పెండ్లి చేసుకుంది. ఇప్పుడు దానికి ఒకపిల్లవాడు కూడా కలిగాడు" అన్నాడు.

వివాహ వ్యవస్థమీద, దంపతుల మీద ఉన్నన్ని పుస్తకాలు, జోకులు మరే ఇతర విషయం మీదా లేవనుకుంటాను. ఒక విషయం మాత్రం నిజం. వివాహం చేసుకొని సుఖపడ్డ వాళ్ళున్నారు. దుఃఖపడ్డవాళ్లున్నారు; అలాగే వివాహం చేసుకోక సుఖపడ్డ వాళ్ళున్నారు. దుఃఖపడ్డవాళ్ళున్నారు. కాబట్టి కుటుంబాన్ని ఏర్పాటుచేసు కుంటే అదిసుఖాన్ని ఇస్తుందా. దుఃఖాన్నిఇస్తుందా అనే ప్రశ్నకు జవాబు లేదు. నదిమీద ఆధారపడి బ్రతుకుతున్న వాళ్ళున్నారు. నదిలో దూకి చచ్చినవాళ్ళుకూడా ఉన్నారు. నదిని ఆదారంగా చేసుకొని బ్రతికే కళ రావాలి. దాన్ని ఈదే కళ రావాలి అప్పుడు వివాహం సార్థకమౌతుంది.

కుటుంబ వ్యవస్థలో ఆనందం, అందులోని సభ్యుల యొక్క ఉత్సాహం ప్రీతిపైన ఆధారపడి ఉన్నాయి. ప్రీతి అనేగుణం అందరిలోనూ ఉంటుంది కానీ దాన్ని ప్రకటించాలన్న ఉత్సాహం ప్రకటించే విధానం తెలియాలి. ప్రీతి హృదయంలో సమర్పణగాను, మనసులో ఓపిక సహనంగానూ, ముఖంలో చిరునవ్వుగానూ ప్రకటమౌతుంది. అప్పుడే దాన్ని ఉత్సాహం అంటారు.

ప్రీతి పిల్లలమీదికి ప్రసరించినప్పుడు దీన్ని వాత్సల్యమంటారు. ఇది పరిపూర్ణ మైనవాడు మీ కుంటుంబ వ్యవస్థ యొక్క పునాది గట్టిపడిందని గ్రహించండి. ఇంతవరకు ప్రపంచలో పిల్లలకు జరిగినంత అన్యాయం ఎవరికీ ఎప్పుడూ జరగలే దంటున్నారు మనస్తత్వవేత్తలు. సృష్టిలోని అన్నిజంతువుల కూనలు లేచి నిలబడటానికి, ఇంద్రియాలు ఉపయోగించడానికి, తమ ఆమారం సంపాదించుకోగల శక్తి రావడానికి ఎక్కువకాలం పట్టదు. కానీ మనుష్య శిశువుకు దాదాపు 20,25 సం॥ వస్తేగాని పూర్తిగా స్వతంత్రుడై తన కాళ్ళమీద తాను నిలబడలేడు. నిజానికి పిల్లలమీద వాత్సల్యం గాని, స్నేహం గానీ మనకు ఉండదు. ఆసహాయుడైన ఆ శిశువు ఇంట్లో జన్మించడం వల్ల మనకు ఆనందం కలుగుతుంది. అందుకు ఒకటే కారణం. మనకంటే చిన్నవాడు, మన మాట వినేవాడు, ఎంత దౌర్జన్యం చేసినా ఏడుస్తూ పడి ఉండేవాడు ఒకడు మనకు లభించాడు. వాడితో పోల్చుకున్ననప్పుడు మనం పెద్దవాళ్ళు మవుతాము. పెద్దవాణ్ణి కావాలి అని ఎవడికి ఉండదు? అందరికీ ఉంటుంది. కాని అది అంత సులభమైన విషయంకాదుకదా, బైటి ప్రపంచంలో పెద్దవాళ్ళం కావాలంటే ఎంతో శ్రమ చేయాలి. అన్నీ అను కూలించాలి. ఎన్నో రకాల ఒత్తిడులకు, పోటీలకు తట్టుకోవాలి. కానీ ఇంట్లో పిల్లవాడు పుట్టగానే వీటిఅవసరం లేకుండానే మనం పెద్ద వాళ్ళమై పోతాము. ఇక అవసరమున్నా లేకున్నా ఉచిత సలహా చెబుతూ పోవచ్చు. అవకాశం ఎప్పుడు దొరుకుతుందా నేను గురువునైపోవడానికి అని చూస్తుం టాడు ప్రతివాడు. సలహాలు ఇవ్వగల పాత్రత ఉందా లేదా అని లేదా ఒకరిని అదుపుచేయగల క్రమశిక్షణ, బాధ్యతాయుతమైన ప్రవర్తన నాకు ఉన్నయ్యా లేవా అని ఎవడూ ఆలోచించడు. అవేవీ లేకుండానే ఇంకొకణ్ణి అదుపుచేద్దామని చూస్తాడు. ఎవడో ఒకడు బలహీన క్షణాలలో లభించగానేవాణ్ణి పట్టుకొని ఉపన్యాసం మొదలెడ తాడు. ఎవడి ఇల్లో తగలబడుతూ ఉంటుంది. వాడి దుఃఖంలో వాడు ఉంటే ఇంకేవెధవో వచ్చి “ఏముందిచెప్పు ఈ ప్రపంచంలో, అంతా అశాశ్వతమే కదా; దేవుడెంత కృపామ యుడో చూడు నీఇల్లు తగలబడ్డా ఇంకా దుకాణం బాగానే ఉంది (అదెందుకు మిగిలిందా అదికూడా తగలబడితే బాగుండు అనుకుంటూ ఉంటాడనుకోండి వాడు) బాధపడకు మళ్ళీ సంపాదించుకోవచ్చు. ఇంకా నీకు పరమాత్మ కాళ్ళు రెక్కలు బలంగానే ఉంచాడు కదా (ఇవికూడా ఎందుకున్నాయా అని...)”. స్వీకరించకపోయినా ఇవ్వబడే ఈ అసంఖ్యాకరమైన సలహాలు, ఉపదేశాలు, నీతిబోధలు, క్రమశిక్షణలు విపరీతంగా స్వీకరించి తల వాచిపోయి ఉన్న వీడికి ఇంట్లో ఒక పిల్లవాడుపుడితే ఆనందమౌతుంది. ఇక ఇవన్నీ వాడి నెత్తిన రుద్దవచ్చు,

ఆ అసహాయ శిశువును బానిసగా చేసుకోవచ్చు. కుటుంబ వ్యవస్థలో కారుచిచ్చు ప్రారంభమయ్యేది శిశు స్థాయినుండే. ఏ పిల్లవాడూ తన తండ్రిని క్షమించలేడు.... ఒకసారి నా దగ్గరికి ఒక వ్యక్తి వచ్చాడు.ఆయన ముఖం ఎంతో ఉదాసీనంగా ఉంది, తరిచి తరిచి అడగ్గా జరిగిన విషయం చెప్పాడు. కొడుకుతో హోమ్‌వర్కు చేయిస్తున్నాడట, వాడికి ఏదో లెక్కరాలేదు,కోపం పట్టలేక ఒక దెబ్బ వేశాడట. వాడు దూరంగా వెళ్ళి “ఉండు, నేను పెద్దవాణ్ణయ్యాక నిన్నుకూడా అలాగే కొడతాను!” అన్నాడట. నేనన్నాను “నిజమే చదువు చెప్పడం నీ బాధ్యత నేర్చుకోవడం నేర్చుకోకపోవడం వాడి ఇష్టం. ఒకవేళ వాడికి అర్ధంకాకపోతే మళ్ళీ చెప్పుఅందరి బుద్ధి ఒకేలాగుండదు కదా, కొందరికి కొన్ని మెల్లిగా వస్తాయి. అంత ఆతృత ఎందుకు నీకు. పిల్లల పెంపకంలో ఓపికసహనం ఉండాలి. వాడు బలహీనుడు, నీమీద ఆధారపడ్డవాడు కనుక ఈరోజువాణ్ణి నువ్వుకొడితే, నువ్వు తండ్రిలాగా కాక శత్రువులాగా కనపడతావు. నిన్నెలా ప్రేమించగలడు వాడు?” అప్పుడాయన “వాడికి చదువు వచ్చేలా చూడటం, వాణ్ణి సరియైన దారిలో నిలపడం నా కర్తవ్యం కాదంటారా? అన్నాడు. “వాడికి చదువు వచ్చేలా చూడటం మీ బాధ్యతే, అందుకొరకు మీరు ప్రయత్నిస్తున్నారు కూడా. కానీ ఫలితం ఇలాగే ఉండాలని ఎందుకు ఆశిస్తున్నారు? అవకాశాలు దొరికిన వాళ్ళంతా ఉపయోగించుకొని బాగా చదువుకోవడము, అవకాశాలు లేనివాళ్ళు చదువుకోలేకపోవడము జరుగుతున్నదా? లేదే అవకాశాలతో నిమిత్తం లేకుండా చదువుకునే వాళ్ళు ఎక్కడయినా చదువుకుంటున్నారు. పైగా నా అనుభవం చెబుతున్నాను వినండి. కేవలం పిల్లవాడి బాగుకోరి, కొట్టినా పిల్లవడు ఎదురు తిరగడు. వాడికి వాడి తప్పు అర్థమౌతూనే ఉంటుంది. కానీ ఏనాడైతే మీ అహంకారం కారణంగా మీ అధిక్యతను నిలుపుకోవడానికి వాణ్ణి కొడతారో వాడికది స్పష్టంగా తెలిసిపోతుంది. దాన్ని వాడు క్షమించలేడు. నేను కోపం పట్టలేక ఎప్పుడన్నా పిల్లలను కొట్టి, మళ్ళీ ఎందుకు కొట్టానా అని బాధపడుతుంటే ఆ పిల్లలే వచ్చి నన్ను ఓదార్చిన సంఘటనలున్నాయి. ప్రేమదండన రూపంలో కూడా ప్రకటమౌతుంది. కానీ మీ హృదయంలోకి ఒక్కసారి తొంగిచూసుకోండి.నిజంగా మీరు ప్రేమతో వాడి బాగు కోరే కొట్టారా? అలా అయి ఉండిఉంటే ఇలా జరిగేదికాదు” అన్నాను నేను. ఆయన చాలాసేపు ఆలోచిస్తూ కూర్చుండిపోయాడు. చివరికి “నిజమేనండి మీరు చెప్పింది” అన్నాడు.

“ఖలీల్ జిబ్రాన్” అనే తత్త్వవేత్త “ప్రాఫెట్” అనే పుస్తక మొకటి వ్రాశాడు. అందులో ఆయన పిల్లల విషయం చెబుతూ “కాలమనే విలుకాడు, తల్లిదండ్రులనే ధనుస్సును సంధించి, పిల్లలనే బాణాలు విడుస్తున్నాడు’ అంటాడు. అంటే పిల్లలు ఈ ప్రపంచంలోకి రావడానికి మీరు నిమిత్తమైనారు. కానీ మీరు కనలేదు. ఇది ఎలాగంటే వంట దేనివల్ల అయింది అంటే అగ్నివల్ల అనే జవాబు సరిగ్గానే అనిపిస్తుంది. కానీ అగ్నివున్న చోటల్లా వంట అవుతున్నదా? కాబట్టి వంట అవడానికి నిజమైన కారణం ఏమిటి? అంటే వంటవాడు అని జవాబు వస్తుంది. ఏ

విధంగానయితే వంటవాడు అగ్నిని నిమిత్తంగా చేసుకొని ఈ వంటచేస్తున్నాడో, అలాగే తల్లిదండ్రులను నిమిత్తంగా చేసుకొని కాలం పిల్లలను ఈ భూమిమీదికి పంపుతున్నది. ఈ సత్యాన్ని గ్రహించిన మరుక్షణం వంట యొక్క గొప్పతనం రుచిలేదా లోపాలు ఏమీమీకు చెందినవికావు. అప్పుడు పిల్లలను గొప్పవాళ్ళను చేయాలి అని ప్రయత్నించరు. అలా అని పనికిరాని వాళ్ళనుకూడా చేయరు. కేవలం వాళ్ళు ఎదగడానికి మీరు సహాయకారులు కండి. మీ సమస్త సంపదని, ప్రేమను వాడికొరకే ఉపయోగించండి; కానీ దాన్ని ఉపయోగించుకునే స్వాతంత్ర్యం మాత్రం వాడిదే. పైగా తిరిగి వాడినుండి ఏమీ ఆశించకండి. మీకు దేవుడు ప్రత్యక్షమై అక్షయపాత్రనిచ్చి "రోజూ నువ్వు దీంట్లో నుండి అన్నంతీసి ఎవరికైనా పెట్టాలి లేకపోతే ఇది తన శక్తిని కోల్పోతుంది" అన్నాడనుకోండి, అప్పుడు మరి మీపాత్ర లక్షయశక్తిని రక్షించుకోవడం కొరకైనా మీరు అన్నదానం చేస్తారా లేదా? అలాంటిదే ప్రేమకూడా ఇది పంచకపోతే కుళ్ళిపోతుంది. వాడకం లేని భావిలో నీళ్ళలాగా మురిగిపోతాయి. కనుక గుర్తుంచుకోండి మీరు వాణ్ణి ఉద్ధరించడం కొరకు కాదు మీ స్వార్థం కొరకే మీరు వాడికి ప్రేమను పంచుతున్నారు. మీనుండి ప్రేమను తీసుకొని మీ బరువు దింపినందుకు వాడికి ధన్యవాదాలు చెప్పండి.

ప్రస్తుతం వాడు అల్పుడిలాగా శక్తిహీనుడులాగా కనిపించవచ్చు మీకు, కాని గుర్తుంచుకోండి వాడు మీ బీజం. మీబీజం అన్న పదానికి రెండర్థాలున్నాయి. చెట్టులాంటి మీనుండి వచ్చిన బీజమని ఒకటి. ఒకప్పుడు మీరుకూడా ఇటువంటి బీజమే అనేవిషయం ఒకటి. గోముఖ్, గంగోత్రిల వద్ద గంగ గొప్ప నదిలాగా మీకు కనిపించకపోవచ్చు కానీ కాశీలోనూ, కలకత్తాలోనూ కనిపించే దాని విరాట్ స్వరూపానికి స్రోతస్సు అదే. కనుక వాణ్ణి ప్రేమించడం మిమ్మల్ని మీరు గౌరవించ డమే అవుతుంది.

మనస్తత్వవేత్తలు మీ పిల్లల పెంపకం వారిపై ఎలా ప్రభావం చూపుతుందో వివరిస్తున్నారు. పిల్లలకు స్నేహం లభిస్తే, వారి ప్రవర్తనను మీరంగీకరిస్తూ ఉంటే ఈ ప్రపంచమంతా ప్రేమమయంగా, ఆకర్షణీయంగా ఉన్నట్లు వాళ్ళు భావిస్తారు.

పిలలకు పూర్తి భద్రత, రక్షణ కల్పించగల్గినప్పుడు, వారీ విషయాన్ని గ్రహించగలిగినప్పుడు (వాళ్ళు గ్రహించగల తెలివిని పెంపొందింప చేయాలేగాని, మేమెంత చేస్తున్నామోచూడు నీకోసం అనకూడదు, దాన్ని వాళ్ళు సహించలేరు) వాళ్ళలో మీపైన విశ్వాసం, అభిమానం పాదుకుంటాయి.

ఏపనినైనా సక్రమంగా చేయగల్గినప్పుడు పిల్లల ప్రవర్తనను పొగడటం వల్ల వాళ్ళు ఇతరులను అభినందించడం, గొప్పతనాన్ని గుర్తించడం నేర్చుకుంటారు. ఇదినా అనుభవం. చిన్నతనంలో నేనొకసారి డిక్షనరీ తీసి చూడం మొదలు పెట్టాను. అక్కడే కూర్చొని ఉన్న మానాన్న ఏ అక్షరంతో ప్రారంభమయ్యే పదంయొక్క అర్థం చూస్తున్నావని అడిగాడు. నేను "Y" అక్షరంతో వచ్చే పదమన్నాను. ఆయన "అబ్బో

Y తో మొదలయ్యే పదాలేమాకు దొరకవు. నీకు దొరికిందంటే గొప్ప విషయమే" అన్నాడు. ఆ క్షణంలో నేనెంత ఉప్పొంగిపోయాను నాకు తెలుసు; అంతేకాదు ఆ ప్రోత్సాహం నాపై నాకు ఎంతో నమ్మకాన్ని పెంచింది. ఎన్నోసార్లు ఎన్నో కఠిన పరిస్థితులను ధైర్యంతో దాటి వెళ్ళగలిగాను.

పిల్లలను అతిప్రేమతో ముంచెత్తకుండా అలాగే మరీ దూరంగా ఉంచకుండా సమమనస్సుతో చూస్తుంటే వాళ్ళు న్యాయాన్యాయాలను, మంచి చెడులను గ్రహించగల్గుతారు.

మీ పిల్లల ప్రవర్తనను ప్రతిఘట్టంలోనూ విమర్శిస్తూ లోపాలెంచుతూ ఉంటే, పెద్దవాళ్ళయ్యాక వాళ్ళు ప్రతి విషయాన్ని ఖండించడం దేన్నీ నేర్చుకోకుండా త్రోసిపుచ్చడం జరుగుతుంది.

పిల్లలను అవమాన పరుస్తూ హీనంగా చూస్తుంటే, వెక్కిరిస్తూ వెటకారంగా చూస్తుంటే, వాళ్ళేదో తీవ్రమైన తప్పు, అపరాధం, చేసినట్లు భావించుకోవడం మొదలుపెడతారు.

మీరేదో విసుగులో ఉన్నప్పుడు పిల్లవాడు తన భావాలను ప్రకటించడానికి భాషను వెతుక్కుంటూ "మరేమో-మరేమోనే" అంటే ఉంటే "ఏంటీ సాగదీయడం నత్తివెధవలాగా సరిగ్గా మాట్లాడు" అన్నారనుకోండి. వాడిపైన వాడికి నమ్మకం సడలిపోయి నత్తి రావడం ఖాయం.

వాళ్ళపట్ల శతృత్వం వైఖరి ప్రదర్శిస్తూ, చీటికీ మాటికీ మండి పడుతుంటే వాళ్ళు అనవసరంగా అసందర్భంగాపోట్లాటకు దిగడం నేర్చుకుంటారు.

మీకున్న సంతానం యొక్క అందాలు, గుణాలు ఒకరితో ఒకరిని పోల్చి బాహాటంగా మాట్లాడకండి. దాని వల్ల కొందరు పిల్లలు న్యూనతాభావానికి లోనయ్యే అవకాశం ఉంది. ఇదినాకు కూడా జీవితంలో అనుభవానికి వచ్చింది. మా నలుగురు అన్నదమ్ములలో నేను చిన్నవాణ్ణి. సహజంగానే నాకు తక్కిన ముగ్గురికన్నా మేధస్సు తక్కువ. మా తల్లిదండ్రులు, ఇంటికి వచ్చేపోయేవారు, నా అన్నయ్యలు కూడా ఈ విషయాన్ని బాహాటంగా ఎత్తి చూపేవారు. మా మూడోఅన్నయ్య అందరికన్నా మేధావి. అందుకేవాడు నాతలతిక్క పనులుచూసి నన్న విశ్వామిత్ర సృష్టి అని గేలిచేసేవాడు. వాళ్ళన్నవన్నీ నిజమే కాని వాటిని స్వీకరించగల మనోధారుఢ్యం నాకప్పుడులేదు. ఈవిమర్శ మొదట్లో నన్ను కుంగిపోయేలా చేసినా, వాటినే సవాలుగా కూడా స్వీకరించి నేనేమీ వాళ్ళకన్నా తక్కువవాణ్ణి కాను అని నిరూపించడానికి, జీవితంలో ఏవేవో పనులు చేపట్టాను; అందువల్ల నాకెంతో అనుభవం కూడా వచ్చింది.

అందుకే అపసవ్యంగా ప్రవర్తిస్తున్నా, పిల్లలను వివిధ సందర్భాలలో సమర్థి స్తుంటే, వారి వ్యక్తిత్వాలను విలువనిస్తుంటే వారంటే వారికి ఇష్టం ఏర్పడుతుంది.

తమను తాము ద్వేషించుకునే స్థితి ఉత్పన్నం కాదు. ఈవిధంగా వారు ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందించుకోగలుతారు.

నేను పదహారు సంవత్సరాలకే ఏదైనా వ్యాపారం చేస్తాను అంటే సరేనన్నాడు మానాన్న. ఉద్యోగం దొరకక మిల్ట్రీలో చేరతానంటే సరేనన్నాడు. వేరే ఉద్యోగం కొరకు ప్రయత్నిస్తుంటే అడ్డు చెప్పలేదు. గవర్నమెంటు ఉద్యోగం దొరికినా జీతం తక్కువని ఢిల్లీ వెళ్ళి ఏదైనా ప్రైవేటు కంపెనీలో ఉద్యోగం సంపాదిస్తానంటే అలాగే అన్నాడు. నిజానికి నా ప్రవర్తన అపసవ్యంగా ఉంది, ఎక్కడా స్థిరత్వం లేదు. కానీ ఆయన దాన్ని దూషించలేదు.

తల్లిదండ్రులు ఏ విషయాన్ని గురించీ బెంబేలుపడి కంగారు పడనవసరం లేకుండా స్థిరంగా, తాపీగా ఉంటే ప్రశాంతంగా తమ సమస్యలను పరిష్కరించు కుంటుంటే, పిల్లలు కూడా వారినుండి ఈ గుణం నేర్చుకుంటారు. వాళ్ళు పెరిగి పెద్దవాళ్ళయ్యాక ఎంతటి బాధనైనా భరించగల సహనాన్ని అలవరచుకుంటారు.

ఒకప్పుడు బళ్ళలో మాస్టారులు పిల్లలను ఏదోవంక పెట్టి చిత్రహింసల పాలు చేసేవాళ్ళు కోదండం, గోడకుర్చీలు వేయించడం, వాతలు పెట్టడం కొరడాతో కొట్టడం మొదలైనవన్నీ ఈ కోవకే చెందుతాయి. "డిప్పోల్టిజం" అనే మానసిక రుగ్మత కారణంగా వాళ్ళు అట్లా ప్రవర్తించేవారు. పిల్లలను ఇలా హింసించినట్లుగా పిల్లవాడు కంప్లైంట్ ఇస్తే వాళ్ళను వెంటనే అరెస్ట్ చేయవచ్చుననే చట్టమున్నట్లు పిల్లలకే కాదు పెద్దలకుకూడా చాలా మందికి తెలియదు.

ఇదండీ పిల్లల పెంపకంలో తల్లిదండ్రుల ప్రభావం. అయితే ఇలా తమ పైన పడ్డ తల్లిదండ్రుల ప్రభావాన్ని దాటి జీవితంలో ఎంతో ఉన్నత స్థానాల నధిరోహించిన వారి చరిత్రలు కూడా కోకొల్లలుగా ఉన్నాయి. కాబట్టి తల్లిదండ్రు లుగా మీరు మీపైగల మీ తల్లిదండ్రుల ప్రభావంలో మంచిని ఏరుకుని, హానికారకమైన వాటిని దాటి, ఈహాని మీ పిల్లలకు కలుగకుండా చూచుకుంటూ మీ పిల్లలను తీర్చిదిద్దండి.

ఆనందానికి బాటలు వేసే కుటుంబమనే దారిలో ఎదురయ్యే అతిముఖ్య మైన పిల్లల పెంపకమనే పర్వతాన్ని ఎలా అధిరోహించాలో (ఇది కామోటి పర్వతం-ఇదిఎంత ముఖ్యమో దీనిని ఎక్కడం అంతకన్నా కష్టం కూడా) తెలుసుకున్న మనం, ఇటు చిన్న తరానికి అటు పెద్దతరానికి అనుసంధానమై నిలిచి, అన్నింటి పాలన పోషణకు ఆధారమైన మధ్యతరమైన భార్య భర్తలనే పర్వతం దాటి ఆనందంగా ఎలా సాగిపోవాలో చూద్దాంరండి.

"Marriage is like a chewing gum which is sweet in the begining and sticky at the end"

"వివాహం అనేది బుగ్గన పెట్టుకునే "చూయింగ్‌గమ్" లాంటిది. మొదట్లో మధురంగా ఉండి, చివరికి రుచీపచీలేని అంటుడు దినుసుగా మిగులుతుంది" అంటారు డా॥ డి. భాస్కరరెడ్డిగారు.

కానీ మొదట్లో ఇంత మధురంగా ఉన్నది చివరికి ఇలా అవడానికి కారణం ఏమిటి? మనలో ఉన్న ప్రీతిని ప్రకటించే విధానం తెలిసినప్పుడు హృదయంలో సమర్పణగానూ, మనసులో ఒపిక, సహనంగానూ, ముఖంలో చిరునవ్వుగానూ ప్రకటమౌతుంది. అప్పుడే దాన్ని ఉత్సాహ మంటారు. అనిముందు తెలుసుకున్నాము. మూడుతరాల వారిలోనూ ఆనందం పంచాలన్నా, పొందాలన్నా ఈ మూడు విధాలా ప్రీతిని ప్రకటించాలి; కానీ ముఖ్యంగా ఒక్కొక్క తరాన్ని ఒక్కొక్క విధానంలో ఆకట్టుకోవచ్చు. పిల్లలను చిరునవ్వుతోనూ, వృద్ధులను ఓపిక, సహనంతోనూ, జీవిత సగభాగాన్ని సమర్పణతోనూ, మీవాళ్ళనుగా చేసుకోవచ్చు. ఈ పరస్పర సమర్పణా భావం లేకపోవడంవల్లే వివాహం రుచీపచీ లేని దినుసుగా మిగిలిపోతున్నది.

"ఒకర్నొకరు అర్థం చేసుకోవడమే వివాహ జీవితంలోని ప్రేమ" అని ఒక గృహిణి అంటుంది. కానీ స్త్రీ పురుషులు ఒకర్నొకరు అర్థం చేసుకోగలరా?

"The man who understands one woman is qualified to understand pretty well everything"

ఒకస్త్రీని గనుక పురుషుడు అర్థం చేసుకోగల్గితే, అతడు సమస్తము అర్థం చేసుకోగల సమర్థుడని గ్రహించండి అంటాడో మహాత్ముడు. అలాగే స్త్రీ మాత్రం పురుషుడిని అర్థం చేసుకోగలదా? లేదు; వారిద్దరూ పరస్పర భిన్నధృవాలు-వారి శరీరాల, మనసుల నిర్మాణమే పూర్తిగా వేరు. వారిలా ఒకరి నొకరు అర్థం చేసుకోవాలి అని ఆలోచించడమే పొరబాటు.

అయితే మరి అర్థంచేసుకోకుండానే కలిసి ఉండటం ఎట్లా?

If all the human being knew what the other person thinks him. then would not be four friends in world.

మనుషులందరికీ ఎదుటివాడు తనను గురించి మనసులో ఏమనుకుంటున్నాడో తెలిస్తే ఈ ప్రపంచంలో స్నేహితులే ఉండరు. స్నేహితులే కాదు, ఏ బంధాలు స్థిరంగా నిలవలేవు.

Love conquers in harmony;

Emotions and moods are the enemies of understanding

"పొందికలో ప్రేమ సాధించబడుతుంది; కానీ భావాలు ఉద్రేకాలే పరస్పరావ గాహనకు అడ్డు గోడలై నిలుస్తాయి".

కాబట్టి పొందిక ఉంటేచాలు, ఒకరి కొకరు అర్థంకాక పోయినా కలిసి జీవించవచ్చు. ఈ పొందిక సమర్పణ వల్ల వస్తుంది మనలోని ప్రీతి సమతలంమీద

ప్రవహించే నదిలాగా జీవిత భాగస్వామివైపు కాస్త ఒరిగి (సమర్పణలో) ప్రవహిస్తే ఆబంధం సార్ధకము, ఆనందదాయకము అవుతుంది. ఏ ప్రీతి పిల్లలపైకి ప్రవహించి నప్పుడు వాత్సల్యమని పిలవబడిందో, అదే ప్రీతి మీతో సములైన వారిమీదికి ప్రవహించినప్పుడు దాన్ని స్నేహం అంటారు.

"అతడికి సంబంధించిన జ్ఞానంపేరు ప్రేమకాదు, ఎందుకంటే ద్వేషికికూడా జ్ఞానం ఉంటుంది. కానీ అతడిలో ప్రీతి ఉండదు" అంటాడు శాండిల్య మహర్షి ప్రేమ సూత్రాలు చెబుతూ, మిమ్మల్ని మీ శత్రువు అర్ధం చేసుకున్నట్లుగా మీ భార్య అర్ధం చేసుకోదు. ఎందుకంటే మీ గురించి బాగా తెలుస్తేగాని, మీలోపాలు బలహీ నతలు అన్నీ వాడికి బాగా అవగతం కావు అప్పుడేవాడు మిమ్మల్ని దెబ్బతీయగలడు. అందుకే మీ శత్రువుకు మిమ్మల్ని అర్ధం చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. కానీమీ భార్యకు (లేదా మీ భర్తకు) మిమ్మల్ని అర్ధం చేసుకోవాల్సిన అవసరంలేదు. జ్ఞానం అహంకారానికి ఆభూషణం, ప్రేమ హృదయానికి అలంకారం, ప్రేమ అంటే సమర్పితమవడానికి, ఒరగడానికి సంసిద్ధత.

మీరు మీ జీవిత భాగస్వామి గురించి అసలు ఎందుకు తెలుసుకుందాం మనుకుంటున్నారు? ప్రేమలేని చోటే ఈ ప్రయత్నం జరుగుతుంది. ఈ తెలుసుకుందామనే ప్రయత్నం మొదలైన మరుక్షణం ప్రేమబంధం తెగిపోతుంది. ప్రేమఅంటే ఉన్న వారిని ఉన్నట్టుగా అన్ని లోపాలు, అవగుణాలతో స్వీకరించగల వైశాల్యం. "ఇలా ఉంటే నేను స్వీకరిస్తాను" అన్నారనుకోండి అప్పుడది నియమాలు బంధాలతో కూడుకున్న వ్యాపారమౌతుందేగాని, ప్రేమతో కూడుకున్న జీవితం కానేరదు.

" A Good woman is known by what she does, A good man by what he doesn't"

చూడండి స్త్రీ పురుషులలో ఎంత వ్యత్యాసం ఉందో.... ఏం చేయడో దాన్నిబట్టి ఒక పురుషుడు మంచి వాడవునోకాదో నిర్ణయించవచ్చు. ఒక స్త్రీ ఏం చేస్తుందో దాన్నిబట్టి ఆవిడ ఎటువంటిదనేది నిర్ణయించువచ్చు" అంటాడు హెలెన్ రోలాండ్ (Helen Rowland)

కాబట్టి ఒకరి నికరు అర్ధం చేసుకోవాలని ఆశించకండి, అందుకు ప్రయత్నించ కండి.

మోకాటి పర్వతంలాంటి పసితనపు జీవితయానంలో మోకాళ్ళు పగలగొట్టు కున్నవాళ్ళు అంటే పసితనంలో సరిగా తల్లిదండ్రుల నుండి ప్రేమ ఆప్యాయతలు పొందనివారు, వివాహసమయానికి ఎన్నెన్నో ఊహలలో తేలిపోతుంటారు. చిన్నతనంలో ఎవరి ఆదరణా, గుర్తింపు నోచుకోలేనివారు,తన జీవిత భాగస్వామి తనను అమితంగా ప్రేమిస్తాడని, కాలమంతా తమ కొరకు వెచ్చిస్తాడని తనను తన అస్తిత్వాన్ని, తన భావాలను గుర్తిస్తాడని తన అలవాట్లను ఆలోచనలను అర్ధం

చేసుకుంటాడని అనుకుంటారు. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే సినిమాలో హీరోహీరోయిన్ ఒళ్ళో తలపెట్టి పండుకున్నట్లుగా తమ జీవితంలో కూడా ఈరకంగానే సాగిపోతుందనుకుంటారు. కొద్దికాలం సంసారం చేసింతరువాత వాస్తవ జీవితంలో ఇవి సాధ్యం కావని అర్ధమౌతుంది.

అంతటితో వారి మనస్సు రెండు ముక్కలౌతుంది. ఇక ఎడారిలాంటి తృప్తిలేని జీవితాన్ని తాము గుడుపుతూ, తన భాగస్వామి గుండెకూడా ఎండిపోయేలా చేస్తారు.

చాలా కుటుంబాలలో కలతలు చెలరేగడానికి దంపతులిద్దరి మధ్యా మానసిన అపరిపక్వత ప్రధాన కారణంగా పేర్కొనవచ్చు. ఈ అపరిపక్వతకు సరియైన అవగాహన లేకపోవడం, సరియైన అవగాహన ఇవ్వగల విద్యా విధానం ఇటు ఇంట్లోగానీ, అటు విద్యాలయాలలోగానీ లభించకపోవడమే కారణం. దంపతుల లైంగిక జీవితం తృప్తికరంగా ఉంటే సామాన్యంగా వాళ్ళలో స్పర్ధలురావు. ఒకవేళ వచ్చినా వెంటనే సర్దుకుంటాయి. వివాహమైన తరువాత తమపై కొత్తగా వచ్చిన బాధ్యతలను వారు గుర్తించలేరు. కొందరు లైంగిక విషయాన్ని పాపమనుకుంటే, మరికొందరు తమాషాగా తీసుకుంటారు. కానీ వారి లైంగిక జీవనం తృప్తికరంగా లేనంతవరకు వారిమధ్య ప్రేమ పూర్వక అనుబంధం నెలకొనదు. లైంగికావసరాలు లేకుండానే పాలపొంగు లాగా ఉప్పొంగే ప్రేమ ఊర్ధ్వగామియై, కండ్లగుండా కృపాలావణ్యంగానూ, ముఖంలో చిరునవ్వుగానూ, ప్రకటం కావడానికి వారింకా వృద్ధాప్యంలోకి అడుగు పెట్టలేదు. కాబట్టి యవ్వన సమయంలో ప్రేమ దృఢ తరమై నిలవడానికి లైంగిక తృప్తి ఆధారభూతమైనదనే విషయాన్ని మరిచిపోగూడదు.

ఇంకా కొన్ని కుటుంబాలలో కలతలు రావడానికి కారణం వారు వారి తల్లిదండ్రులను పట్టుకొని వేళ్ళాడటం. ఒకస్త్రీ కొత్తగా పెండ్లయి కాపురానికి వెళ్ళేటప్పుడు విలపిస్తుంది. అక్కడంతా కొత్తవాళ్ళు, వాళ్ళ అలవాట్లేమిటో, ఆచారాలు పద్ధతులు ఏమిటో, ఆలోచించే పద్ధతులేమిటో, వారితో తాను కలిసిపోగలదో లేదో, వాళ్లు తనను ఆదరిస్తారో లేదో, అయితే ఏమైనా తనకు కావలసివస్తే నా ఇంట్లో తీసుకున్నట్లుగా అక్కడ తీసుకోగలనా?మా అమ్మానాన్న నడిగినట్లుగా వాళ్ళను అడగ్గలనా? ఇలా సాగుతుంటాయి వారి ఆలోచనలు. తన పుట్టింటివారు తనవారిలాగానూ, అత్తింటివారు పరాయివాళ్ళలాగానూ కనిపిస్తుంటారు. అదేస్త్రీని ఒక 25 సం॥తరువాత చూస్తే కొత్తగా ఇంటికొచ్చిన కోడలిని 'ఇదినాఇల్లు ఇందులో నా ఇష్టాయిష్టాలే నడుస్తాయి. మా కుటుంబ సంప్రదాయానికి అనుగుణంగానేవే నువ్వు మెలగాలి. నీ కట్టూబొట్టూ అన్నీ మా పద్ధతిలోకి మార్చుకోవాలి" అని హెచ్చరిస్తూ కనిపిస్తుంది. ఒకప్పుడు నాదీ అంటున్న ఈ ఇల్లే పరాయి సంసారంలాగా కనిపించింది అనే విషయమే గుర్తుండదు. ఆడపిల్లలందరికీ వారి తండ్రి ఆదర్శంగా ఉంటాడు. వారు చూసిన మొదటి మొగవాడు ఆయనే గనుక, మొగవాళ్ళంతా అలాగే ఉండాలి. (వాళ్ళ నాన్నే కొలబద్ద) అని ఆశిస్తుంది. అందువల్ల భర్త,

మామగారు, మరుదులు అందుకు భిన్నంగా కనబడితే ఆశ్చర్యపోతుంది. ప్రతి మాటకు మాఇంట్లో అయితే ఇలా ఉండము (ఇది తన ఇల్లుకానట్టు) అంటూ ఉంటుంది. ఆ ఇంట్లోపద్ధతులుకూడా తన పుట్టింట్లోలాగే ఉండాలనుకుంటుంది. అక్కడి పద్ధతులు, వంటలు చూసి మా ఇంట్లో అయితే ఇలా చేసుకోము అంటుంది. ఆవిడ తన తండ్రియొక్క వీరారాధనలో (Here Worship) ఉంటుంది. తన నవమానించినా ఊరుకుంటుంది గాని తన తండ్రిని పల్లెత్తు మాటంటే ఆవిడ సహించలేదు. కనుక సాధ్యమైనంత వరకు ఆవిడ ముందు ఆవిడ తల్లితండ్రులను ముఖ్యంగా తండ్రిని) దూషించకుండా ఉంటే ఆవిడ పుట్టింటిని మరిచి ఇదేతన ఇల్లనుకునేంతవరకు) ఆ సంసారం చక్కగా సాగుతుంది. అలాగే మొగవాడు భార్య, తన తల్లిలాగా ఉండాలని ఆశిస్తాడు. భార్య తల్లిని దూషిస్తే (ఆవిడ తన స్థానం స్థిరమయ్యేవరకు, భర్త హృదయంలో తనకొక స్థానం ఏర్పడే వరకు) తాను సహించలేడు. ఈ విషయాన్ని ఆవిడ గ్రహించి మెలగాలి.

భర్త కొట్టేవాడుగాగానీ, భార్య సాధించే గయ్యాళిగా గానీ మారడం కేవలం వారికే చెందిన విషయం కాదు. ఇది దంపతులిద్దరి మీదా పరస్పరం ఆధారపడి ఉంది. భార్య గయ్యాళిదయితే తప్పంతా ఆవిడదిగానే కనిపిస్తుంది. కానీ భర్త చేసే ప్రచ్ఛన్న యుద్ధం (Cold war) ఎవరికీ కనిపించదు. ఇంట్లో కొందరు బాధ్యత వహించరు. ఏదైన వస్తువు తెమ్మంటే అలాగే నంటారు. సాయంత్రం ఇంటికి వచ్చినప్పుడు మరిచిపోయానంటారు; మళ్ళా రెండవరోజు ఆవిడ రెండుసార్లు చెబుతుంది. అయినా సరే సాయంత్రం మళ్ళీ మరిచిపోయానంటారు. వీళ్ళు ఇలా చేస్తూ పోతేప్రతి పని పదిసార్లు చెప్పడం, చేయకపోతే ఒకగంట గొణగటం, సాధించడం మొదలైనవి చేస్తుంది ఆవిడ. ఈన తన స్వభావాన్ని అలాగే కొనసాగిస్తే ఆవిడ అరవడం పెడబొబ్బలు పెట్టటం, భర్తను భర్త తల్లిదండ్రులను దుమ్మెత్తి పోయడం వరకు వస్తుంది. ఇక కొందరిలో న్యూనతా భావం (నేను అల్పుడిని అనే భావన) ఉంటుంది. దానితోవారు గుర్తింపు కోరతారు. ఆ గుర్తింపు కొరకు భార్యను లెక్కచేయడు, ఆవిడ ఏమన్నా ఒప్పుకోడు. ఏపనీ చేయడు తాను విడిచిన బట్టలు ఇష్టమొచ్చినట్టు పారేస్తాడు. తనకు కావలసిన వస్తువు దొరకకపోతే దానిని వెతికే నెపంమీద ఇంట్లో అన్ని వస్తువులు కదిలించి మొత్తం ఇల్లు చిందర వందర చేస్తాడు. ఆవిడకిక ఇంకొక గత్యంతరంలేక గయ్యాళిగా ప్రవర్తిస్తుంది. అంతటితో నేను ఆవిడను వేధించగలుగుతున్నానని ఈ విధంగా తాను శక్తి మంతుడనని నిరూపించుకున్నానని అనుకుంటాడు. (అయితే ఈ విషయం అతడి మనసులో ఉన్న సంగతి అతడికే తెలియక పోవచ్చు).

ఇక భార్యలను కొట్టే తిట్టే భర్తల విషయం కూడా అంతే ఆవిడ చేసేపని చేసి చల్లగా ఊరుకుంటుంది. సహనంలేని భర్త ఆవిడను కొడతాడు. మోసాచిజం (Mosachisam) అనే మానసిక రుగ్మత (ఇతరులచేత హింసించబడి తృప్తి చెందడం)

గల స్త్రీలు కావాలని ఇలా ప్రవర్తిస్తారు. భర్త తినడానికి ఇష్టపడని పదార్థాలే వండు తారు. వారు ఇష్టపడని పనులే చేస్తారు. కావాలని కూరగాయలలో ఉప్పుకారాలు ఎక్కువ తక్కువ చేస్తారు. అందుకేనేమో అన్నీ భరించేవాడు కనుక వాణ్ణి భర్తఅన్నారు. భర్తకు ఆంగ్లపదం హజ్‌బెండ్ (Hesband) దీనిస్పెల్లింగు ననుసరించి పలకాలంటే "హస్‌బంద్" అవుతుంది. హిందీలో దాని అర్థం నవ్వు ఆగిపోవడం అంటే మొగవాడికి పెండ్లితోనే సంతోషం, నవ్వు ఆగిపోతాయన్న మాట. ఆంగ్లోసక్సెస్ (Anglo - Sazon) లో హస్ (Hus) అంటే హౌజ్ (House) ఇల్లు అని అర్థం. యోమన్ (Yeoman) బంటు, రౌతు, సేవకుడు అని అర్థం. బ్యూఅ (Bua) అంటే తిరుగాడు (To Dwell) అని అర్థం. వీటన్నింటినీ ఒక్క దగ్గరపెడితే హస్‌బెండ్ అన్న పదానికి ఇంటి యజమాని, ఇంటి సేవకుడు అనికూడా అర్థంవస్తుంది. (కనుక ఈకష్టాలు తప్పవేమో).

ఒకసారి జార్జ్‌బెర్నార్డ్‌షా "ఈ ప్రపంచంలో అంతా బాధ పడేవారే అయి నప్పటికీ అందులో రెండు తెగలున్నాయి. ఎందుకు పెండ్లిచేసుకున్నామో అని పెండ్లయినవారు బాధపడతారు. ఇంకా మాకు పెండ్లి కాలేదే అని పెండ్లి కానివాళ్ళు బాధపడతారు". అన్నాడు అందుకేనేమో మాంటెంగూ, "వైవాహిక జీవితం వలలాంటిది క్రొత్తవారు అందులో దూరాలని ఆరాటపడతారు. లోపలివారు బైటకు వెళదామని చూస్తారు" అన్నారు.

ఇక దంపతుల మధ్య నెలకొనే సమస్య నేను ఇంకొకటి చూశాను. ముఖ్యంగా మేనమామలను చేసుకునే వారి సమస్య ఇది. పిల్లలలో చిన్నతనంలోనే లైంగిక వాంఛలు చెలరేగు తుంటాయి. మొగపిల్లలకు అక్కాచెల్లెళ్ళమీద, తల్లిమీద; ఆడపిల్లలకు అన్నదమ్ములు, తండ్రిమీద, కానీ ఇది కలిగిన మరుక్షణం వారికి భయంకలుగుతుంది. తమమీద తమకే అసహ్యం కలుగుతుంది. ఈ మానసికమైన జుగుప్సా భావనవారికి యవ్వనం వచ్చేవరకు కూడా ఒక్కొక్కసారి నిలిచిఉంటుంది. తనభార్యఅయిన అక్కకూతురిలో, అక్కపోలికో తల్లిపోలికలో కనిపించినప్పుడు ఈ జుగుప్సా భావన పునః జాగృతమౌతుంది. అలాగే ఆవిడ విషయంకూడా. అంతటితో వారి దాంపత్య జీవితం ముళ్ళకంపలాగా తయారవుతుంది. ఇటువంటి సంబంధాలు (దగ్గరివి, ఒకే రక్తానికి చెందినవి) చేసుకోబడ్డ చోటే ఎక్కువగా అక్రమసంబంధాలకు అవి దోహదం చేయడం మనకు కనిపిస్తుంది. అందుక **"తిట్టబోతే అక్క కూతురు, కొట్టబోతే గర్భిణి"** అనే సామెత లోకంలో ప్రసిద్ధమైంది. మేనమామలను, మేన బావలను చేసుకునన్నవారి సంతానంలో కూడా సాధారణంగా ఏవో ఒక రకమైన (శారీరిక లేదా మానసిక) అంగవైకల్యాలు కనిపిస్తూ ఉంటాయి. కనుక కుటుంబ వ్యవస్థ సరిగ్గా ఉండాలంటే ఇటువంటి సంబంధాలు చేసుకోవడం మంచిదికాదు.

మనం ఇప్పటి వరకు ఆనందానికి దారితీసే కుటుంబవ్యవస్థలో, పిల్లల పెంపకం, వైవాహిక జీవితం అనే రెండు విషయాలను విస్తృతంగా చర్చించాము. (ఇవికాక ఇంకా చాలా సమస్యలు ఉండవచ్చు. అన్నీ విశ్లేషించడం సాధ్యంకాదు

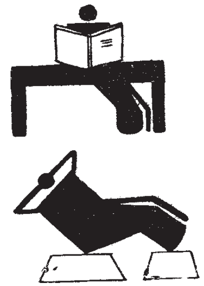
కదా). ఉత్సాహంయొక్క ప్రేరణతో మనలోని ప్రీతి క్రిందికి ప్రవహించినప్పుడు వాత్సల్యమని పిలవబడుతుందని సమస్థాయిలో ప్రవహించినప్పుడు స్నేహమని పిలవబడుతుందని తెలుసుకున్నాము. ఇదే ప్రీతి మనకన్నా పై తరానికి (తల్లి దండ్రులు, అత్తమామలు, గురువులు, ఆదర్శ పురుషులు, ఉపాధ్యాయులు మొదలైన వారు) ప్రవహించినప్పుడు (ఇది అన్నిటికన్నా కష్టం) శ్రద్ధ అని పిలవబడుతుంది. ఇక్కడ ఇది మనసులో ఓపిక, సహనంగా ప్రకటంకావాలి. అలా ఎందుకన్నామంటే, వారి సుదీర్ఘ జీవనంలో ఎన్నో విషయాలు చూశారు. కొన్ని విషయాలలో గెలవగలిగినా, మరి కొన్నింటిలో చిత్తుగా ఓడిపోయారు; కొన్ని ఛాందస భావాలతోనూ, అపజయాల యొక్క సుత్తి దెబ్బలవల్ల వచ్చిన మతి చాంచల్యాలతోనూ, క్షీణిస్తున్న ఇంద్రియ శక్తితోనూ పట్టు బలము తప్పిపోయి వడిలి పోయిన శరీరాలతోనూ ఉన్నారు వారు. ప్రస్తుతం వారు ప్రతిదానికి గొణుగుతూ ఉండవచ్చు. అనుమానిస్తూ (ముఖ్యంగా అత్తలు కోడళ్ళను) ఉండవచ్చు. కానీ ఇక ఇప్పుడు వాళ్ళకు మారడం సాధ్యంకాదు, వారు వారి మనస్సుమీద అదుపు కోల్పోయారు. ఇక మీరేకాస్త ఓపిక, సహనం కలిగి ఉండాలి. వాళ్ళు మిమ్మల్ని ఎందుకు ప్రేమగా పలకరించకూడదు? మేము ఇంత సేవ చేస్తుంటే కృతజ్ఞతైనా చూపకపోగా ఎప్పుడూ సాధిస్తూ ఉంటారు కదా వారికి మేమెందుకు చేయాలి? అనిఅనకండి; పాపం వారి దగ్గర లేని ప్రేమను వారు మీకెలా ఇవ్వగలరు? వారు బికారులు, ధనవంతులైన మీరుకూడా వారు ఇవ్వడం లేదంటారేమిటి? మీదగ్గర తరగని ధనమైన "ప్రేమ" ఉంది. సేవ చేయగల శక్తిఉంది. అది ఇవ్వడంలోనే మీకు ఆనందం వారివల్ల ఏ ఉపయోగం లేదనకండి చాలా ఉంది; వారిని వారి జీవితాలను జాగ్రత్తగా పరిశీలించండి. వారిని చూస్తే ఏం చేయాలో తెలుస్తుంది. ఏం చేయకూడదో కూడా తెలుస్తుంది. అంతేకాదు మీరుమీ పై తరానికి సేవచేస్తూ ఉండటం మీ పిల్లలు కూడా చూస్తున్నారు. రేపు వారికిది ఆదర్శం కావాలి. లేదా మీరు ఇంతకన్నా కఠిన పరిస్థితిని ఎదుర్కొనగలరు.

ఇలా ఉత్సాహంతో ప్రేరితమైన ప్రీతి క్రింది తరానికి ప్రవహించి వాత్సల్యంగానూ, సమతలంగా ప్రవహించి మీ తరంతో స్నేహంగాను, మీ పైతరానికి ప్రాకిపోయి శ్రద్ధగానూ మారిననాడు, సంపూర్ణమై "ప్రేమ" రూపాన్ని సంతరించుకుంటుంది. ప్రేమించడం మీ స్వభావమౌతుంది. ఎవరిని అని అడగకండి ఇది పతా లేని ప్రేమ (un adderssed love) ఇది ఊర్ధ్వగామి అయిన ప్రేమ, పొంగి పొర్లుతున్న ప్రేమ వెన్నెలలాగా, కొవ్వొత్తి వెలుగులాగా, పుష్ప సుగంధంలాగా అది కేవలం ఏ ఒక్కరి కొరకో కాదు, అందరికొరకు అప్పుడే మీది ఆనందమయ జీవితమౌతుంది.

4. పని (Work)

5. స్వార్థంలేని అభిరుచులు (Impersonal Interests)

6. ప్రయత్నము విరామము (Effort and Resignation)



Don't tell me how hard you work. Tell me how much you get done

- J. Ling

ఆనందం పొందడానికి రస్సెల్ చెబుతున్న రసమార్గంలో చివరి మూడు మెట్ల వద్దకు వచ్చాము. అందులో మొదటిది పని. పని ఆనందాన్ని ఇవ్వగలదా? అని ప్రశ్నిస్తారు వెంటనే; అవును ఇవ్వగలదు. విసుగు ఏ పనీలేనప్పుడు వచ్చే విగుసు నుండి దూరంకావడానికి ఏదో ఒక పని చేయడం మంచిది కానీ మరి ఆ ఏదో ఒకపని ఆనందాన్ని ఇవ్వాలికదా! అది స్వార్థంలేని అభిరుచిగల పని అయితే ఆనందాన్ని ఇవ్వగలుగుతుంది. స్వార్థంఅంటే ఏమిటి "స్వ+అర్థం" తనకు డబ్బు కావాలి అనే కోరిక. డబ్బును ఏంచేసుకుంటారు? వాటితో తన అవసరాలు తీర్చుకోవచ్చు. భోగాలు భోగించవచ్చు. మరి అవసరాలకు, భోగాలకు కావాల్సిన వస్తువులు, (ఇప్పుడు కావాల్సినవి) వాటికి కావాల్సిన డబ్బు సంపాదించడంతో మనిషి ఆగిపోతున్నాడా లేదు రేపటి కొరకు దాస్తున్నాడు, రేపటి గురించిర ఆలోచిస్తున్నాడు కనుక రేపటికి ఉంటుందో లేదో అనే బయంతో దాచాల్సివస్తోంది. రేపటి గురించి ప్రస్తుతం ఆలోచిస్తున్నాడు అంటే శరీరం ఇక్కడ ఉంది మనస్సు భవిష్యత్తులోకి వెళ్ళింది కదా శరీరంలో మనస్సు ప్రాణాలు లేచి ఇంకెక్కడికో వెళ్ళినప్పుడు శరీరమనే మనస్సు ప్రాణాలు లేచి ఇంకెక్కడికో వెళ్ళినప్పుడు శరీరమనే కట్టె ఇక్కడ మిగులుతే దాన్ని ఏమంటారు? శవం అంటారు. అంటే వర్తమానంలో మరణించినవాడు మాత్రమే భవిష్యత్తులోకో, భూతంలోకో వెళ్ళగలడు అంతేకదా. కనుక స్వార్థంలో లోభానికి, లోభం మరణానికి దారితీస్తుంది. కనుక మీరు జీవంతులై (Lively) ప్రతిక్షణం ఉత్సాహం, ప్రీతి ఉట్టిపడే జీవితం జీవించాలంటే మీరు స్వార్థంలేని అభిరుచులు కలిగిఉండాలి. స్వార్థంలేని అభిరుచులంటే

If you have a garden and a library you have everything you need

- Cicero

"నీ కొక పూదోట, ఒక గ్రంథాలయం ఉంటేచాలు,నీకు కావాల్సినవన్నీ ఉన్నట్టే" అంటాడు సిసిరో, బుద్ధికి విజ్ఞానాన్ని ఇవ్వడానికి మంచి గ్రంథాలు కల గ్రంథాలయం, శరీరాన్ని మనసును (హృదయాన్ని) తనలో లయంచేసి ఉంచడానికి తోట అవసరం అది మళ్ళీ పండ్లతోట గనుక అయితే లాభం మీదికి దృష్టిపోతుంది; పిల్లలెవరన్నా వచ్చి వాటిని తెంపుతే, క్రోధానికి లోనవుతాము. కాబట్టి మళ్ళీలోభ, క్రోధాలకి లోనవుతారు. కనుక అది పూలతోట అయిఉండాలి. చేసేపని మీ కిష్టమైనదై ఉన్నప్పుడు, వెంటనే మనస్సు అందులోలయం అవుతుంది. మనస్సు పరుగెత్తడానికి లేనప్పుడు వర్తమానంలో మీరుంటారు. అదే నిజమైన జీవితం.

తోటపెంచడంరోజూ వాటికి నీళ్ళు పోయడం, పాదులు తీయడం వాటికి ఎరువు వేయడం, ఏవైనా తెగుళ్ళు వస్తే మందులు వేయడంతోబాటు ఆ మొక్కల లోకంలో ఇంకొక ఆనందకరమైన విషయం ఉంది. మీరు మొక్కలతో మాట్లాడ వచ్చు. అవి మీతో మాట్లాడలేకపోయినా మీ ప్రేమను,భావాన్ని మాటను అర్థంచేసు కొని ఏదో రకంగా తన భావాన్ని తిరిగి మీకు తెలియజేయగలవు. ఈ విషయంలో అనేక పరిశోధనలు జరిగాయి. ఒకరైతు తన తోటలో అనేక కూరగాయలు, పూలు కాయించేవాడు. పూయించేవాడు; ప్రతి సంవత్సరం జరిగే బొటానికల్ (వృక్షశాస్త్ర సంబంధమైన) పోటాలలో ఆయనదే పైచేయి. దీని రహస్యమేమని ఆయన నడుగుతే ఆయన "నేను మొక్కల దగ్గరికి వెళ్ళి నా నమ్మకాన్ని వమ్ము చేయకండి, అది మన పరువుకు సంబంధించిన విషయం. ఈసారి మీరు అన్ని మొక్కలకన్నా పెద్దపూలు పూయించి పెద్దకాయలు కాయించక పోతే మనం ఓడిపోతాం. మనం ఓడిపోతే అందరూ నవ్వుతారు; ఆ అవమానం మనందరిదీ అవునాకాదా? అని రోజూ అంటూ ఉంటాను. అంతే అవి ఏనాడూ నా నమ్మకాన్ని వమ్ము చేయలేదు" అన్నాడు.

1968లో బెంజ్‌మన్‌రాష్ అనే వైద్యుడు నేలను త్రవ్వి మొక్కలుపాతిపెట్టడం వల్ల మానసిక రుగ్మతలు పోగొట్టబడతాయని పేర్కొన్నాడు. 1806లో స్పానిష్ వైద్యశాలల్లో పూలమొక్కలు పెంచడం మనోరుగ్మతకు సరియైన వైద్యమని పేర్కొన్నారు. స్కాట్లెండ్‌లో డాక్టర్ గ్రిగరీ, మొక్కలు పెంచడం మానసిక అస్థవ్యస్థ తను అప్పటికప్పుడు సరిచేస్తుందని పేర్కొన్నాడు. తోటలమధ్యతిరుగుతున్న రోగులు మొదటిసారిగా జీవితంలో ఒక ఉపయోగకరమైన పని చేయగలిగామని భావించుకొని, విచ్చు కుంటున్న రంగురంగుల పూలను చూసి ఎంతో సంబరపడి పోయేవారట! పచ్చదనం, రోజురోజుకూ ఆ మొక్కలు పెరగడం గమనించిన ఆ రోగులకు జీవితంపై తిరిగి ఆసక్తి ఏర్పడుతుంది. జీవనం తొణికిసలాడే ఆ మొక్కలను చూసినప్పుడు వారిలో విశ్వాసం ఏర్పడుతుంది.

స్వార్థంలేని అభిరుచులతో ప్రేరితులై ఆయా పనులలో ప్రయత్న పూర్వకంగా నిమగ్నులై పని చేయడంతో బాటు అవసరమైనంత విరామాన్నికూడా పొందుతుంటే జీవితం అంతా ఆనంద దాయకమే.

అమెరికాలో ఈ మధ్య ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాన్నొకదాన్ని శరీరంలో ఏర్పాటు చేయడం మొదలుపెట్టారు. దాన్నివారు ఫీడ్ బ్యాక్ పద్ధతి అన్నారు. ఈ పరికరం వల్ల మనకు ఏ యే ఆలోచనలు వచ్చినప్పుడు, ఏ యే ఉద్రేకాలు కలిగినప్పుడు శరీరంలో ఏ యే మార్పులు సంభవిస్తున్నాయో తెలుస్తుంది. ఇది గ్రహింపుకు వచ్చిననాడు మన ప్రవర్తనను మార్పు చేసుకోవడంకూడా సాధ్యమౌతుంది. మనం ఫలానా ఆలోచన చేస్తున్నప్పుడు మన గుండె ఎలా కొట్టుకుంటుందో రక్తపుపోటు ఎలాగుందో, చర్మం ఉష్ణోగ్రత ఎలాగుందో, కండరాలు ఎలా స్పందిస్తున్నాయో తెలుస్తుంది. దానివల్ల మానసిక కారణాలవల్ల కలిగే శరీర రుగ్మతలని బాగుచేయగలం.

అయితే ఏ పరికరం అవసరం లేకుండానే ఇవన్నీ గ్రహించగల శక్తి "యోగధ్యానం"లో వస్తుంది. నాద యోగంలో దీన్ని 'దశవిధనాదశ్రవణం" అంటారు. అంతేకాదు ఇక్కడ తెలుసు కోవడంవేరు, మళ్ళీ వైద్యంవేరు అని ఉండదు. ధ్యానంలోనే అవిరెండూ సాధ్యమౌతాయి. ధ్యానంతో వచ్చిన జాగరూకతతో వ్యవహార సమయంలో కూడా ఈ విషయాలను గ్రహించి, మనం ప్రశాంతంగా వ్యవహరించవచ్చు. ధ్యానాన్ని మించిన విరామమేదీ లేదు. ఇలా ధ్యానంలో విశ్రమించిననాడు ఆనందం మీదవుతుంది.



చివరి సహాయం (LAST - AID)

> Age does not protect you from love; But love to some extent, protect you from age.

జార్జ్‌బెర్నార్డ్‌షా తన జీవితపు చివరిరోజులు పట్నవాసాన్ని విడిచి ఒక పల్లెల్లో గడిపాడు. ఆయనను ఇంటర్వ్యూ చెయ్యడానికి వచ్చిన ఒక పత్రికా విలేఖరి, పట్నవాసాన్ని విడిచి పెట్టడానికి కారణం అడగ్గా ఆయన "నేను పట్టణంలో ఉండగా ఒకసారి అక్కడి స్మశాన వాటికకు వెళ్ళాను. అక్కడ ఒక గోరీ మీద ఉన్న పలకరాయిమీద 'ఈవ్యక్తి నూటపది సంవత్సరాలు జీవించి అసామాయికంగా (untimely) మరణించాడు. కనుక నిజానికి ఈయన ఏదైనా గ్రామంలో నివసించడానికే యోగ్యుడుగాని పట్టణంలో కాదు అని నిర్ణయించబడింది అని వ్రాసి కనిపించింది; అదే నిజమైతేనేను గ్రామంలో నివసించడమే ఉత్తమం అని నిర్ణయించాను" అన్నాడు. ఆ తరువాత ఆయన చాలాకాలం జీవించడం కూడా జరిగింది.

మనస్తత్వశాస్త్రవేత్తలు జీవనకాలపరిమితిని వ్యష్టి (వ్యక్తిగతమైన) సమిష్టి (అందరి) మనస్సులు నిర్ణయిస్తాయని అంటారు. వ్యక్తిగానీ లేక మొత్తం దేశంగానీ డెబ్బైఏండ్ల వయస్సే చాలా ఎక్కువ అని నిర్ణయిస్తే ఆ దేశవాసులు అంతా దాదాపు ఒకటి రెండేండ్లు అటుఇటుగా అదే వయసులో మరణిస్తారు. ప్రత్యేకమైన వ్యక్తి ఎవరైనా తాను ఎక్కువకాలం బ్రతకాలని సంకల్పించుకునే చెదురు మొదురు సంఘటనలను మాత్రం అందులో నుండి మినహాయించవచ్చు.

మనిషి రేపటిఆశలో జీవిస్తాడు. అనే విషయం చాలామందికితెలుసు. కానీ ఎందుకు? చేతిలో ఉన్న ఈరోజుకొరకు గాక రేపటికొరకు జీవిస్తున్నాడంటే దాని అర్థమేమిటి? ఈరోజు జీవించలేక పోతున్నాడనే కదా! ఈరోజు జీవించలేక పోతున్నాడంటే మరోరకంగా చెప్పాలంటే ఈరోజు మరణిస్తున్నాడు. ఈ రోజు వాడు బ్రతికిలేడనేగా! అంటే ఈరోజు చూడవలసిందేదో ఇంకా చూడలేదు, పొందవలసింది ఇంకా ఏదో పొందలేదు, అనుభవించదలచింది ఏదో ఇంకా అనుభవించలేదు. ఈ

సృష్టిలో ఒక విచిత్రం కనిపిస్తుంది. పరమాత్మను పొందారని చెప్పుకోబడుతున్న మహాత్ములు గానీ, అవతార పురుషులుగా కొనియాడ బడేవారుగానీ, దేవదూతులుగా పేర్కొనబడే వారుగానీ అంతా క్షత్రియులు, రాజులు, ధనవంతులే కనిపిస్తారు. రాముడు అయోధ్యకు రాజు-కృష్ణుడు ధనధాన్యాలతో నిండి ఉన్న ద్వారకను నిర్మించాడు. బుద్ధుడు రాజ కుమారుడు, జైన మహావీరుడు ఒక సంస్థానాధీశుడి కుమారుడు. అలాగే అభివృద్ధి చెందిన దేశమైన అమెరికాలోనే ఆత్మహత్యలు సంఖ్య పెరుగుతోంది.

వీటన్నింటినీ పరీక్షిస్తే మనకు తెలిసేదేమిటంటే, ఇటు వైరాగ్యవంతులై సత్యాన్వేషణకు పూనుకోవాలన్నా, అటు ఏం చేయాలో తెలియని అయోమయ స్థితిలో చిక్కుకొని ఆత్మహత్యచేసుకోవాలన్నా గూడా ఈరోజు అనుభవించాల్సిం దంతా తృప్తిగా అనుభవించి తీరాలి. అంటే ఈరోజు జీవించాలి జీవితాన్ననను భవించాలి. ఏ బిచ్చగాడూ ఆత్మహత్య చేసుకోవాలనుకోడు. రేపునేను ధనవంతుడిని కాకపోతానా అన్నీ అనుభవించక పోతానా అని ఎదురుచూస్తూ కాలం గడుపుతారు. వారులేదా తామందుకోలేని స్థాయిని తమ సంతానం అందుకోవాలని, తాముకా కున్నా తమ నుండి వచ్చిన ఈ తరమన్నా తమ కలలు పూర్తి చేయాలని భావించి వాళ్ళు తమ సంతానమనే విషయాన్ని ప్రపంచానికి తెలియకుండా దాచి ఉంచి వారిని చదివించే బిచ్చగాళ్ళు కూడా మనకు కనిపిస్తారు. కనుక రేపటి ఆశలో జీవించడానికి కారణం ఈ రోజు జీవించలేక పోవడమే. ఎప్పుడయితే అనుభవించ వలసిందంతా పూర్తవుతుందో అప్పుడు మనిషి జీవించాలనే ఇచ్ఛను కోల్పోతాడు.

ఒకసారి జీవించాలనే ఇచ్ఛమనిషి కోల్పోతే వెంటనే అతడి శరీరం అతడి మనసును అనుసరిస్తుంది. ఈ శరీరం కేవలం మనసుయొక్క సేవకుడు మాత్రమే. మనస్సులో జీవించాలనే ఇచ్ఛ అంతరించిన క్షణంలో ఆ మనో వికల్పం శరీరంలో ప్రతి బింబిస్తుంది. వెంటనే శరీరం తన సహనశక్తిని (Resistance) కోల్పోతుంది. శరీరంలోని ఈ శక్తి కారణంగానే మనకు ఎన్ని రోగాలు వచ్చినా మనంతట్టుకో గలుగుతాము. అందుకే జీవించాలనే ఇచ్ఛ వ్యక్తి మంచానపడ్డా కొన్ని సంవత్సరాల వరకు చావడు.

ప్రస్తుతం ప్రపంచంలో ఒక వింతవ్యాధి వ్యాపిస్తోంది. దాన్ని "ఎయిడ్స్" అంటారు. ఇది ఎంత వేగంగా వ్యాపిస్తోందంటే ఒక సంవత్సరానికి ఒక ప్రాంతంలో నాలుగు లక్షల మందికి ఈ జబ్బు సోకుతోంది. ఇది ఇంత వేగంగా కొనసాగితే 2020 సంవత్సరం వరకునాలుగులో మూడు వంతుల ప్రపంచ జనాభాను ఈ మహమ్మారి బలిగొనగల దంటున్నారు పరిశోధించినవారు ఈ జబ్బుకు మందు కనుక్కోవాలని శాస్త్రజ్ఞులు, డాక్టర్లు నిర్విరామంగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. అయినా దీనికి మందు కనుక్కోవడమనేది సాధ్యం కాని విషయం. ఎందుకంటే పైన చెప్పినట్లు ఈ జబ్బుసోకిన శరీరం సహనశక్తిని కోల్పోతుంది. దానితో వాతావరణంలోని ఏ కొద్ది

మార్పును కూడా శరీరం తట్టుకోలేదు. వాతావరణంలో ఏ వైరస్ (క్రిములు) ప్రారంభమైనా అది అతడిని ఆవరిస్తుంది. దాని నుండి బైట పడగల శక్తిని శరీరం కోల్పోయింది కనుక ఎన్ని నెలలయినా సంవత్సరాలైనా అతడిని పట్టుకున్నజలుబుగానీ, జ్వరంగానీ తగ్గే శక్తి ప్రసక్తి లేనేలేదు. గాయమయ్యి రక్తం కారుతుంటే, శక్తిని కోల్పోయిన శరీరం ఆ రక్తాన్ని కట్టేలా చేయలేదు. ఒక ఆ వ్యక్తి ఎక్కువలో ఎక్కువ రెండు సంవత్సరాలు జీవించగలడు. మరి అసలు ఈ కొత్త జబ్బు పొడచూపడానికి కారణం ఏమిటి?

"Is the humanity losing the will to live?"

మానవ సమాజం జిజీవిషను (జీవించాలనే ఇచ్ఛను) కోల్పోతోందా? ముందు చెప్పినట్లు ఇది సమిష్టి సంకల్పమైనప్పుడు చాలామంది ఈ ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోవలసిందేనా? వ్యష్టి(వ్యక్తిగత) సంకల్పబలంఉన్నవారు మాత్రమే బ్రతికి బట్టగలరా? అసలిది ఎలా ప్రారంభమైంది? దీనికి మందేమిటి?

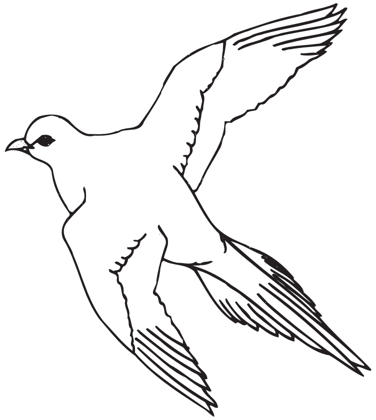
ఎయిడ్స్ వ్యాధి మీద పరిశోధన చేసిన వారు ప్రారంభంలోనే ఇది హోమోసెక్సువల్స్ (స్వలింగ మైథునం జరిపేవారు) కు వస్తున్న జబ్బని నిర్ణయించారు. ఇటువంటి దురలవాటులేని వారిలో కొందరిలో ఈ జబ్బు కనిపించినా వారుకూడా ఈ స్వలింగ మైథునం జరిపిన వ్యక్తితో సంపర్కం (ప్రకృతి సిద్ధంగానే) పెట్టుకోవడం వల్ల వచ్చి ఉంటుందన్నారు. కానీ ప్రస్తుతం ఇది అలాకాదని తెలియవస్తోంది. ఏ వ్యక్తులయితే మైథున క్రియలో అనేక మందిని మారుస్తూ అనేక మందితో సంపర్కం పెట్టుకుంటూ పోతారో వారికి కలిగే జబ్బు ఇది. వీరు జీవితంలో మార్పు (వెరైటీ) కోరుతుంటారు. అందువల్ల భాగస్వాములను విరివిగా మారుస్తారు. అయినా తృప్తి కలగదు. ఇక ఏంచేయాలో తోచదు. అప్పుడేదైనా కొత్తదనం కనబడుతుందేమోనని స్వలింగ మైథునానికి దిగుతారు. ఆ తరువాత ఏం చేయడానికి కనపడదు. వారి మార్గం ఒక అగాధమైన లోయ దగ్గరికి వచ్చి ఆగిపోయింది. వెనక్కు వెళదామంటే వెనుక వరదలు వచ్చి అంతా జలమయమయి పోయింది. అక్కడే జిజీవిష (జీవించాలనే ఇచ్ఛ) అంతమై పోయింది. అదే ఎయిడ్స్ వ్యాధిగా బైట పడుతుంది.

మరి దీనినుండి బైటపడే మార్గమేమిటి? "ప్రేమ" దీనికి జవాబు. ప్రేమకు భూతకాలంయొక్క భయంలేదు. భవిష్యత్తు యొక్క ఆశలేదు. వర్తమానంలోనే అతడు ఆనందించగలడు. అప్పుడు వర్తమాన కాలంలోనే ఈ భూమే స్వర్గమౌతుంది. మరి ఈ ప్రేమ పెంపొందేదెలాగ అంటే **"ధ్యానం"** వల్ల నీలోకి నువ్వు తొంగి చూడటం వల్ల ధ్యానంలోకి వెళ్ళిన వాడికి దేశ, కాల, పరిస్థితులతో సంబంధం ఉండదు. అప్పుడు వాడు ఈరోజు అడుక్కుతినేవాడిగా ఉండి రేపటి ఆశలో ఊహలలో బ్రతకాల్సిన పనిలేదు. ఈరోజే అన్నీ అనుభవించి రేపు చేయడానికి క్రొత్తదేమీలేక ఆత్మహత్య చేసుకోవాల్సిన (లేదా ఆత్మహత్యాసదృశమైన ఎయిడ్స్‌కు లోనుగావాల్సిన) పనిలేదు.

ధ్యానం నుండి ఉత్పన్నమయ్యే ప్రేమే చివరి సహాయం (Last Aid) అప్పుడు ప్రతిక్షణం క్రొత్తదనమే. భూత భవిష్యత్తులే లేని వాడికి పోల్చుకోవాల్సిన అనుభూతులే లేవు. పోల్చుకోవడమే లేనప్పుడు అనుభవించినవి, అనుభవించనివి అంటూ లేవు. అప్పుడు ఆశాలేదు–మరణము లేదు. ఈ అనుభూతినందించే ధ్యానమేమిటో చెబితే తెలియదు. చేసి చూడండి. అప్పుడు ఆనందం మీదవుతుంది.

LOOK TO THIS DAY FOR YESTERDAY IS BUT A DREAM,
AND TOMOTTIW IS ONLY A VISION,
BUT TODAY, WELL LIVED,
MAKES EVERY YESTERDAY A DREAM OF HAPPINESS
AND EVERY TOMORROW A VISION OF HOPE
LOOK WELL, THEREFORE, TO THIS DAY.





ఇదంతా పచ్చిమోసం

> Are you aware thar man has ever been deceived by other as much as he has been deceived by himself
>
> \- OSHO.

ఒకసారి ఒకస్వామివారు ఎక్కడో ఉపన్యాసాలు చెప్పడానికివెళ్ళి తన ఆశ్రమానికి తిరిగి వస్తుంటే, మధ్యదారిలో ఒక పక్షులమ్మేవాడి దగ్గర ఒక అందమైన పక్షి కనిపించింది. దాన్ని చూసి ముచ్చటపడ్డ స్వామివారు, వాడు అడిగినంత డబ్బిచ్చి ఆ పక్షిని కొన్నాడు.

దారిలో వస్తుంటే ఆ పక్షి "స్వామీ! మీరునన్ను విడిచి పెట్టారంటే మీకు నేను మూడువిలువైన మాటలు చెబుతాను" అన్నది. స్వామివారు ఉలిక్కిపడి ఆ పక్షినిచూస్తూ "అయితే నువ్వు మాట్లాడగలవన్నమాట" అన్నాడు. ఆ పక్షి మళ్ళీ "అవును నేను ఒక దేవతా పక్షిని, మీలాగే నేనుకూడా మా పక్షి జాతికి ఉపన్యాసాలు ఇస్తుంటాను. తక్కిన పక్షులన్నీ నన్ను ఎంతో గౌరవిస్తాయి; నా సలహాలు ఉపదేశాలు తమకు ఎంతో ఉపకరిస్తూ ఉంటాయని మా పక్షులన్నీ అంటుంటాయి. కాబట్టి మీరుకూడా ముత్యాలలాంటి నా మూడు ముక్కలు విని నన్ను విడిచి పెట్టండి" అన్నది. స్వామివారు సంతోషించి "అలాగే తప్పక విడిచిపెడతాను ఏదీ ఆ మూడు మహావాక్యాలూ నాకు ఉపదేశించు" అన్నాడు. ఆ పక్షి చెప్పడం మొదలుపెట్టింది....

1. ఎంత గొప్పవాడు, మహాత్ముడు, ధనవంతుడు, విద్యావంతుడు చెప్పినా తర్కబద్ధం కాని మాటను ఎప్పుడూ నమ్మకండి.
2. ఎంత గొప్పదైనా అసంభవమైన పని చేయడానికి ప్రయత్నించకండి. మీ హద్దులను మీరు గుర్తుంచుకోండి.
3. చేసిన మంచిపనిపై ఎప్పుడూ పశ్చాత్తాపపడకండి.

స్వామివారు పక్షి మాటలకు సంతోషించి దాన్ని విడిచిపెట్టి ఆనందంగా ముందుకు సాగిపోయారు. "అబ్బాఎంత చక్కటి మాటలు చెప్పింది పక్షి! ఈ రోజు సాయంకాలం సత్సంగంలో నా శిష్యులకు ఈ మాటలు చెప్పాలి, వీలైతే ఈ మూడు మాటలు ఒక బోర్డుపైన వ్రాయించి నా గదిలో తగిలించుకోవాలి" అనుకుంటూ ఆయన ముందుకు నడుస్తున్నాడు.

ఇంతలో ఆయన విడిచిపెట్టిన పక్షి ఒక చెట్టు కొమ్మపైన వాలి "అరేయ్ మూర్ఖుడా నాకడుపులో ఒక విలువైన వజ్రం ఉందిరా, అదినీకు దొరికుంటే నువ్వు ప్రపంచంలో కెల్లా ధనవంతుడివయ్యేవాడివి" అన్నది.

స్వామివారు కోపంతో ఊగిపోతూ "ఎంతమోసం! ఉండు నిన్ను ఇప్పుడే పట్టుకుంటాను" అంటూ చెట్టెక్కడం మొదలు పెట్టారు. ఆయన పక్షి ఉన్న కొమ్మను చేరగానే అది అంతకన్నా పై కొమ్మకు ఎగిరి వెళ్ళింది. ఆయన మళ్ళీ ఆ కొమ్మను చేరేసరికి ఇది ఇంకాస్త పై కొమ్మపైకి వెళ్ళింది. ఇలా అందలంచలుగా ఆ పక్షి స్వామిని చిటారు కొమ్మలకు చేర్చింది. ఆత్రంగా ఆయన దాన్ని పట్టుకోబోగా అదికాస్తా ఎగిరిపోయింది. స్వామివారు పట్టుతప్పి కింద పడ్డారు. రెండు కాళ్ళ ఎముకలు విరిగాయి. శరీరంనిండా గాయాలైనాయి. పడిన చోటునుండి ఆయన మళ్ళీ కదల లేకపోయాడు. మళ్ళీ ఆ పక్షి ఎగిరి వచ్చి కింద కొమ్మపై వాలి నవ్వడం మొదలుపెట్టింది. ఆ స్వామి హీనస్వరంతో "నన్నెందుకు ఇలా మోసం చేశావు" అన్నాడు.

అప్పుడు ఆ పక్షి గంభీరంగా "సరిగ్గా ఆలోచించు! నేను నిన్ను మోసం చేయలేదు, నిన్ను నువ్వే మోసం చేసుకున్నావు. నేను నీకు చెప్పిన మూడు ముక్కలు పాటించి ఉంటే నీకు ఈ గతి పట్టేదికాదు. తర్కబద్ధంకాని మాట నమ్మవద్దనేది నా మొదటిమాట. నేను నా కడుపులో వజ్రం ఉంది అంటే ఎలా నమ్మావు? ఎక్కడన్నా పక్షి కడుపులో వజ్రం ఉంటుందా? ఇక రెండవ మాట; ఎవడన్నా చెట్టుపై వాలిన పక్షిని చెట్టెక్కిఉత్తచేతులతో పట్టుకోగలడా? అసంభవమైనదానిని చేయడానికి ప్రయత్నించవద్దు అనే నా రెండవ మాటను కూడా నువ్వు ఆచరించలేదు; నీ శక్తిని, హద్దునునువ్వు గుర్తుంచలేదు. అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైన విషయం మూడవది, పంజరంలో బంధించబడిన ప్రాణికి స్వేచ్ఛనివ్వడం కన్నా మంచి పనేముంది? అంత మంచిపని చేసికూడా నువ్వు నా కడుపులో వజ్రం ఉన్నదనగానే, అయ్యో ఆ పక్షిని ఎందుకు విడిచిపెట్టానా అని పశ్చాత్తాపపడ్డావు. అంటే నువ్వు నా మూడు మాటలను ఆచరించలేదన్న మాట, ఆచరించని మాట ఎంత గొప్పదయినా కేవలం వినడంవల్ల అదితన ప్రభావాన్ని చూపదు. విన్నఆమట ఆచరించకపోతే ఆ మాటను అసలు నువ్వు స్వీకరించినట్టేకాదు. నా మాటలు స్వీకరించకుండానే స్వీకరించాననుకొని అందుకు ప్రతిఫలంగా నన్ను విడిచిపెట్టావు. నా మాటలను కేవలం ఇంకొకరికి

ఉపదేశం చేయడానికి వాడుకొందామను కున్నాడు. నామాటల విలువ గ్రహించలేని నువ్వు, నిన్ను నువ్వే మోసగించు కున్నావు" అన్నది.

ఈ పుస్తకం చదివినంతమాత్రాన ఇదిమీకు నచ్చినంత మాత్రాన, దీన్ని మీరు ఇతరులకు ఉపదేశం చేసినంత మాత్రానికే మీకు ఆనందం లభించదు. ఇవన్నీ నా అనుభవం నుండే వ్రాశాను, నేను ఇలా బ్రతుకుతున్న కారణంగానే ఆనందంగా ఉన్నాను. మీరుకూడా వీటిని ఆచరిస్తే ఆనందంగా ఉండగలరు. ఇదే వివేకవంతుడి లక్షణం లేదామిమ్మల్ని మీరు మోసగించుకున్నట్లే.

నిజంగా మీ మేలు కోరేవారు ఎవరూ కూడా తాము అధికులమైనట్లు, తాము నేర్పేవారు మీరు నేర్చేవారు అన్నట్లు మాట్లాడరు. కేవలం మీ శ్రేయస్సు కోరే మిత్రులవలె మెలగుతారు.

– శ్రీ నీలంరాజు లక్ష్మీ ప్రసాద్





చివరి మాట

నేను బుద్ధి జనిత తర్కానికి ఎంత ప్రాధాన్యతనిస్తానో, హృదయజనిత అనుభూతికి కూడా అంతే ప్రాధాన్యత నిస్తాను. కానీ హృదయంలోనే జీవిస్తాను. ఎందుకంటే బుద్ధి జనిత ఆలోచనలు ఎన్నెన్నో తర్కాలిస్తూ నన్ను మోసగించా యేగాని, ఏ గమ్యానికి చేర్చలేదు. నేను ప్రపంచాన్ని మారమని బోధించను; కాకపోతే నామానాన నన్ను బతకనిస్తే అదే పదివేలనుకుంటాను.

సృష్టిలో లావణ్యం భ్రమకాదు. శరీరం అంటే మాంసం. ఎముకలపోగు అనకండి. కుండ అంటే కేవలం మట్టికాదు, అందులో కుమ్మరి వాడి కళానైపుణ్యం కూడా వచ్చి చేరింది. శరీరం యొక్క సమతౌల్య, అంగసౌష్టవ (Balance of proportion) దృశ్య మాధుర్యానికి, చైతన్య స్పర్శతో వచ్చి చేరిన లయ విన్యాసాలు (Rhythemic postures) పరమాత్మ కళావైదుష్యానికి పట్టుకొమ్మలు, అందులో నుండే దృశ్యసుఖం, స్పర్శ సుఖం లభిస్తాయి.

శరీరం నుండే ఈ సుఖాలు లభించేట్టయితే శవాలనే అనుభవించండనే బూజు పట్టిన తత్వచింతన తలకు రుద్దకండి. ఉపాధి రహిత (శరీర రహిత) చైతన్యం నుండి సుఖానుభూతిని పొందటానికి మనం సమాధిలోలేము కనుక, సృష్టికర్త కౌగిలిలో కరిగిపోయే సమయం రానంత వరకు, సృష్టికౌగిలిని వీడటమెందుకు? ఇదే "తృణజలూక న్యాయం" అంటే, ఒక గడ్డిపోచ దొరికిన తరువాతే దాన్ని ఆధారంగా చేసుకొని ఇంతకు ముందు గడ్డిపోచను విడిచి దీన్ని మీదికి శరీరాన్ని లాక్కుంటుంది గొంగళిపురుగు.

నేను ఎండిపోయి మొరటుబారిన కఠోరతాత్త్వికుడిని కాను. నా తత్వచింతన జీవితానికి దూరంగా అంతకన్నాలేదు. అలాగని భౌతిక వాంఛలతో ముక్కుదాక మునిగే విషయోద్రేకినికాను. జీవితంలో అన్నింటిని నిరసించి, చీకటి గుహల్లో కండ్లు మూసుకుని కూర్చోవడం వల్ల మాత్రమే పరతత్వం లభిస్తుందంటే నేను నమ్మను, సాత్విక భావాలు, ప్రేమమయ జీవితాలు కూడా పర తత్వాన్వేషణలో అడ్డేనని నాకు తెలుసు. కానీ అవి లేనిదే హృదయం కరగదని, హృదయార్ద్రతలేని జీవితంలో స్పందన లేదని, స్పందన లేనిచోట జీవమే ఉండదని కూడా అనుభవంతో గ్రహించాను. సున్నితంగా ఈ దర్శనాన్ని సాంప్రదాయవాదుల హృదయాల లోకి (ఇంకా బీటలు వారకుండా ఉంటే) నొప్పించకుండా చొప్పించడంలో ఎంతవరకు కృతార్థుడనౌతానో వేచి చూడాలి.

–మైత్రేయ

అనుబంధం

1. ఎప్పుడూ ఏదోఒక పని చెయ్యటంలో నిమగ్నులై ఉండండి. ఇప్పటికంటే యాక్టివ్‌గా ఉండటానికి ప్రయత్నించండి.
2. నలుగురితో కలిసి మెలసి ఉండటానికి ఎక్కువ కాలం వెచ్చించండి.
3. అర్థవంతమైన వ్యాపకాల్లో ప్రొడక్టివ్‌గా ఉండటానికి ప్రయత్నించండి.
4. మీ విషయాలన్నింటినీ క్రమబద్ధం చేసుకోండి. చేయబోయే విషయాలను ముందుగానే అనుకోండి పథకాలు వేసుకోండి.
5. దిగులు పడటం మానండి.
6. మీ ఆశల, ఆకాంక్షల స్థాయిని ఇప్పటికంటే కొద్దిగా తగ్గించంది.
7. మంచి ఆలోచనలు చేయండి. మేలు జరుగుతుందనే ధోరణి అలవర్చు కోండి.
8. గతాన్ని గురించి, భవిష్యత్తు గురించి ఎక్కువగా ఆలోచించడం మాని, మీ ఆలోచనల్ని, చేతల్ని వర్తమానంపై కేంద్రీకరించండి.
9. చక్కటి ఆరోగ్యవంతమైన మూర్తిమత్వాన్ని పెంపొందించుకోవటానికి కృషి చేయండి.
10. చొరవ, నలుగురితో కలిసిపోవడం అలవర్చుకోండి.
11. మీరు మీరే! అలా అని ఒప్పుకోండి. మిమ్మల్ని మీరు నిరశించుకోకండి.
12. సమస్యల్ని విస్మరించకండి పరిష్కరించడానికి ప్రయత్నించండి. నైరాశ్యపు టాలోచల్ని, నిస్పృహని దరిచేరనివ్వకండి.
13. మీ చుట్టూ ఉన్న వాళ్ళతో (కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు) మీ కుండే సన్నిహిత సంబంధాలు సంతోషకరమైన జీవనానికి చాలా ముఖ్యం అని తెలుసుకోండి. సత్సంబంధాలు పెంపొందించుకోండి.
14. అన్నిటికంటే సంతోషంగా ఉండటం మీకు చాలా ముఖ్యమైన విషయం అన్నది మననం చేసుకోండి.

ఈ పద్నాలుగు సూచనలు పాటించిన కాలేజి విద్యార్థులు, సామాన్య ప్రజలు తాము ఆనందంగా ఉండటం అంటే ఏమిటో పరిశీలించండి, అర్థం చేసుకోండి. అప్పుడేమీరు ఆనందంగా ఉండగలుగుతారు.

- ప్రొ॥ పి.వి.కృష్ణారావు

(డైరెక్టర్, ఆంధ్రా యూనిర్సిటీ సైకాలజీ&పారా సైకాలజీ)

Be Happy
It is a waya of being
wise

- Stephen Koachi

నేను జంతువులతో కూడా జీవించ గలననుకుంటాను. ఎందుకంటే వాటిలో శాంతము, సంతృప్తి ఉన్నది, అందుకే నేనెప్పుడూ నిలబడి వాటిని చూస్తూ వుంటాను. అవి వాటిని హీన స్థితిని తలుచుకొని బాధ పడవు, రాత్రంతా మేలుకొని చీకట్లో కూచొని తాము చేసిన పాపాలను తలుచుకొని బాధపడవు. దేవుని పట్ల బాధ్యతను గుర్తుచేస్తూ నన్ను విసిగించవు. వాటికి అసంతృప్తి గానీ, స్వార్థంగానీ అసలేలేదు. వాటికి పరస్పరం సాష్టాంగపడే బలహీనతలు లేవు. వేల సంవత్సరాల క్రితం జీవించిన తమ పూర్వీకులనవి పూజించవు. వాటికి ఈ ప్రపంచం మీద అసంతృప్తిలేదు.

- వాల్ట్ విట్‌మాన్

ఏ పాము ఇది?

బైబిల్‌లో ఆడమ్, ఈవ్‌లు (ఆదిదంపతులు) ఒక పాము చేత ప్రేరేపించబడి, నిషిద్ధఫలాన్ని తినడంవల్ల, ఇడెన్ (స్వర్గం) నుండి పడిపోయ్యి దుఃఖాన్ని పొందే కథ కనిపిస్తుంది.

మూలాధారం (మలద్వారంవద్దఉండే చక్రం)లో కుండలినీ శక్తి పాము రూపంలో చుట్టచుట్టుకొని పడుకొని ఉంటుందని, దానిని జాగృతం చేసి (మేలుకొల్పడం) సహస్రారానికి (తలపైభాగాన మాడులో ఉండేచక్రం) చేర్చడం వల్ల బ్రహ్మానందం (ముక్తి) పొందవచ్చునని యోగశాస్త్రం చెబుతోంది.

ఇంతకూ ఈ పుస్తకంలో ఏ పాము కథ ఉంది? ఈ విషయం మీరే చదివి తెలుసుకోండి.

-మైత్రేయ.

మావద్ద లభించు గ్రంథములు

1. వ్రతకథలు - పూజలు

శ్రీ వినాయక వ్రతం	వెల రూ.5
శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజా-పుణ్యాహవాచనం	20
శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజ (కాణిపాకక్షేత్రమాహాత్మ్యంతో)	9
లక్ష్మీగణపతి పూజాకల్పం	...
వరలక్ష్మీ వ్రతం	5
కేదారేశ్వర వ్రతం	5
త్రినాథ వ్రతం(కలర్)	5
త్రినాథవ్రతం(సాదా)	3
క్షీరాబ్ధి వ్రతం	5
మంగళ గౌరీవ్రతం	9
వైభవలక్ష్మీ వ్రతం ఫోటో యంత్రంతో	15
శ్రీలక్ష్మీ కుబేర వ్రతం (ఫోటో యంత్రంతో)	15
కనకమహాలక్ష్మీ వ్రతం (కామేశ్వరీపాటతో)	15
సంతోషీమాతా వ్రతం	15
ఏడు శనివారాల వ్రతం	15
సత్యనారాయణవ్రతం	15
శ్రీ సువర్చలాహనుమద్దీక్ష	15
శివదీక్ష	9
మార్గశిర లక్ష్మీవారాలవ్రతం	...
శ్రీ వేంకటేశ్వర (దీక్ష) గోవిందమాల	...
కాత్యాయనీ వ్రతం	15
సౌభాగ్య గౌరీవ్రతం	15
తిరుప్పావై (ధనుర్మాసవ్రతం)	30
స్త్రీల వ్రతకథలు	25
స్త్రీలవ్రతకథలుస్థూలాక్షరి(నేదునూరిగంగాధరరావుగారి)	45
స్త్రీలపాటలు (కామేశ్వరీపాటతో)	27
సర్వదేవతా పూజావిధానం	15
ఆరువ్రతాలు	25
ధన్వంతరీ వ్రతకల్పం	9
రాహుకాలంలోదుర్గాదేవీపూజా	9
పార్వతీ నిత్యపూజ	9
తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు	9
శ్రీ చక్రపూజ	9
శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్	30
శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)	30
లక్ష్మీ - గౌరీ నిత్యపూజ	9
శ్రీలలితా నిత్యపూజ(లలితాసహస్రనామస్తోత్రంతో)	9
శ్రీ గాయత్రీ నిత్యపూజ	9
అన్నపూర్ణ నిత్యపూజ	9
శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ నిత్యపూజ	9
శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	9
మహిషాసుర మర్ధనీపూజ	9
రాజరాజేశ్వరీ నిత్యపూజ	9
శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	9
కాలభైరవ నిత్యపూజ	9
శివపూజ	9
వీరభద్ర పూజ	9
ఆంజనేయ నిత్యపూజ	9
నాగేంద్ర స్వామి పూజ	9
సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	9
రామదేవుని కథ	9
శివదేవుని కథ	9
విష్ణుపూజ (విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రసహితం)	9
శ్రీకృష్ణ పూజ, గోపూజ	9
లక్ష్మీనరసింహపూజ	9
రాఘవేంద్రపూజ	9
విశ్వకర్మపూజ	9
శనైశ్చరపూజ	9
వేంకటేశ్వరపూజ	9
బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	9
సూర్య నిత్యపూజ	9
నవగ్రహ నిత్యపూజ	9
సకలదేవతా అష్టోత్తర శతనామావళీపూజ	9
పంచాయతన పూజ	45
రుక్మిణీ కల్యాణం	15
అష్టనాగపూజ	30
ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	30
ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	30
ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	30
ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	30
సంకష్టహరచతుర్థి శ్రీమహాగణపతి వ్రతం	20
పంచముఖ ఆంజనేయనిత్యపూజ	15
హనుమద్ వ్రతం	30
28 వ్రతములు	99
పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	30
కలశపూజలు (9ఒకేసారి)	150
కలశపూజలు (విడివిడిగా)	150
ఉమామహేశ్వర వ్రతం	30

2. స్తోత్రాలు-సుప్రభాతములు సహస్రనామములు

శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	31
సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి	99
సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63)	20
విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	20
లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్(క్రౌన్)	30
లలితా సహస్రనామములు	18
లక్ష్మీ సహస్రనామములు	18
దుర్గా సహస్రనామములు	18
ఆంజనేయ సహస్రనామములు	18
శివ సహస్రనామములు	18
విష్ణు సహస్రనామములు	18
గణపతి సహస్రనామములు	18
సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు	18
గాయత్రి సహస్రనామములు	18
లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	18
శ్రీరామా సహస్రనామములు	18
లక్ష్మీనృసింహసహస్రనామములు	18
సరస్వతి సహస్రనామములు	18

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

లక్ష్మీగణపతి సహస్రనామములు	18
సూర్యసహస్రనామములు&ఆదిత్యహృదయం	18
శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు	18
మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది)	18
సంద్యావందనం	18
మంత్రపుష్పమ్	18
హనుమాన్ చాలీసా	7
(పాకెట్) మణిద్వీపవర్ణన	7
ఆరు చాలీసాలు	9
శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	7
వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	7
ఆరుదండకాలు	5
వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5
అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	7
దేవీఖడ్గ మాలాస్తోత్రమ్(మహిషాసురమర్దనీ స్తోత్రంతో)	7
నమశ్శివాయ గేయామృతం	5
బాలాత్రిపుర సుందరీ స్తోత్రకదంబం	81
సుందరకాండ (పాకెట్)	9
భగవద్గీత మూలం	18
రామరక్షాస్తోత్రమ్	18
స్తోత్ర రత్నావళి	30
పురాణపండలలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్ (మినీ)	8
పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్ (మినీ)	8
పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	8
పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	8
మంత్రపుష్పం (మినీ)	8
శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	30
కుజదోషం	9
కాలసర్ప దోషం	9
మీ అప్పులు తీరాలా?	9
దృష్టిదోషాలు నివారణ	9
సర్వదేవతా ధ్యానశ్లోకములు	9
పంచసూక్తములు	9
సంధ్యావందనం	9
శ్రీరామదూతంశిరసానమామి(తాత్పర్యంతో)	9
రుద్రనమకమ్-చమకమ్	9
మన్యుసూక్త-మంత్రపారాయణం	9
గాయత్రీమంత్రాలు	9
పంచరత్న స్తోత్రాలు	9
కరావలంబ స్తోత్రాలు	9
దశావతార స్తోత్రాలు	9
అష్టోత్తర శతనామస్తోత్రాలు	9
భుజంగ స్తోత్రాలు	9
ప్రాతఃస్మరణాలు	9
జపమంత్రాలు	9
సర్వదేవతా సుప్రభాతములు	9
ద్వాదశ నామస్తోత్రాలు	9
కుమారస్వామి స్తోత్రమాల	9
సుదర్శన స్తోత్రమాల	9

హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	9
దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	9
పంచముఖఆంజనేయస్తోత్రమ్	9
దండక రత్నాలు	9
ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు-పంచారామాలతో	9
శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	9
పంచ అధర్వణ శీర్షములు	9
ప్రార్థనా శ్లోకములు	9
గణపతి స్తోత్రమాల	9
శ్రీ గురుగీత	9
సర్వదేవతా కవచములు	9
సర్వదేవతా అష్టకములు	9
హిందూ సంస్కృతిసంప్రదాయాలు	9
విష్ణు స్తోత్రమాల	9
దేవీ స్తోత్రమాల	9
శివస్తోత్రమాల	9
విష్ణు స్తోత్రములు	9
భర్తృలహరి సుభాషితాలు	9
నవవిధ భక్తిమార్గాలు	9
నవదుర్గలు	9
దశమహావిద్యలు	9
తిరుపతి వెళదాం	9
నవగ్రహస్తోత్రమాల	30
మహాన్యాసమ్	30
సుందరకాండ గానామృతం	30
సంధ్యా వందనం (పెద్దది)	30
పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం	
లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,,	36
లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,,	36
స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్)	81
మూకపంచశతీ	81
పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి (శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	108
గోమాతపూజావిధానము	7
ఆనందసిద్ధి - శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108

3. శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	99
సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	99
బొమ్మల గురుచరిత్ర	...
బొమ్మల సాయిచరిత్ర	...
బాలలబాబా శ్రీ సాయిచరితం	9
శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డివైభవం	99
శ్రీసాయీసన్నిధిద్వారకామాయిలీలలు	....
శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	50
శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	50
దాసగణకృత శ్రీసాయి చరిత్ర	30
నవనాథ చరిత్ర	90
శ్రీ సాయిచరిత్ర(బైండు)ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	50
శ్రీ గురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	50

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయ పూజాకల్పం,సహస్రంతో	**15**
అనఘాదేవీ వ్రతం	**15**
శ్రీ సాయిసచ్చరిత్ర గానామృతం	**15**
శ్రీ గురుచరిత్ర గానామృతం	**45**
భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	**25**
మనసులోనిప్రశ్నకుశ్రీసాయిబాబాజవాబులు	**25**
అక్షరక్రమములో శ్రీసాయిసూక్తులు	**25**
శ్రీసాయి అష్టోత్తరశతనామావళీమాహాత్మ్యం	**25**
శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	**15**
శ్రీ సాయిభజనమాల	**15**
శ్రీ సాయి భజన్స్	**15**
శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	**15**
శిరిడిహారతులు (భావంతో)	**15**
ప్రతిగురువారంసాయినిత్యపూజ	**8**
“శ్రీసాయి”కోటి	**15**
“శ్రీసాయిరామ్”కోటి	**12**
ద్వారకామాయి భక్తిగీతాలు	**9**
శ్రీ సాయిబాబా భక్తిమాల	**9**
శ్రీలక్ష్మీ సాయిభక్తిమాల	**9**
శ్రీ ద్వారకామాయిభక్తిమాల	**9**
శ్రీ శిర్డీభక్తిమాల	**9**
శ్రీ సాయిబాబా భక్తిమాల	**9**
శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	**9**
శ్రీ సాయివేయినామాలు	**4**
శ్రీ సాయి సహస్ర నామావళి	**9**
శ్రీ సాయి చాలీసా-సుప్రభాతం	**9**
శ్రీ సాయినాధ చాలీసా	**9**
శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	**9**
శ్రీ సాయి నిత్యపూజ (పాకెట్)	**9**
శ్రీ దత్తాత్రేయ నిత్యపూజ F	**9**
శ్రీ సాయి సూక్తులు	**9**
శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	**9**
శ్రీసాయి నక్షత్రమాలిక	**9**
హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	**10**
భక్తుల సందేహాలకుబాబా సమాధానాలు	**45**
శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	**45**
శ్రీ షిర్డీసాయి లీలామృతం (VG)	**25**
ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	**10**
షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	**90**
సాయిపూజావిధి	**30**
సాయిమహిమ	....
సాయిసత్యవ్రతం	**15**
సాయి అనుగ్రహమ్	**116**
నవగురువారాల వ్రతకల్పము	**12**
శ్రీదత్తలీలామృతము	**72**
హృదయంలో సాయి	**12**
శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్ఛరిత్ర)	**81**

4. జ్యోతిషాలు

‘శుభసమయ’ గంటల పంచాంగం	**30**
సనాతన వైదిక బ్రాహ్మణ పంచాంగం (వంగిపురపువారి పత్రికసైజ్‌పంచాంగం)	**69**
‘కాలచక్రం’ గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	**50**
చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తాపంచాంగము	**50**
గ్రహభూమి పంచాంగము (గార్గేయ)	**116**
శ్రీచక్ర పంచాంగము(రాష్ట్రతొలిమహిళపంచాంగకర్త)	**30**
వేంకట్రామా&కో సిద్ధాంతుల రేలంగితంగిరాలవారి గంటలపంచాంగము	**30**
తంగిరాల పెద్దపంచాంగం	**39**
కాలచక్రం జ్యోతిష క్యాలండర్	**20**
గ్రహబలం క్యాలండర్(శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	**20**
శుభలగ్నం (తంగిరాల) క్యాలండర్	**20**
శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	**20**
సాదా క్యాలండర్	**5**
పాకెట్ క్యాలండర్	**10**
తాజకనీలకంఠీయమ్	**100**
40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	**207**
40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	**150**
కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	**150**
జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	**150**
మానసాగరి జాతకపద్ధతి	**150**
వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	**150**
వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	**81**
సింపుల్ రెమిడీస్	....
హోరాసార	.....
శంభు హోరప్రకాశిక	.....
పూర్వ పరాశరి	**100**
పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	**200**
1940-60వరకు పాతపంచాంగములు	**225**
ప్రశ్న సింధు	**90**
నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	**36**
సర్వార్థ ఫలచంద్రిక	**90**
సూర్యసిద్ధాంత పంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	**150**
దృక్సిద్ధాంత పంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	**150**
ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	**36**
పంచప్రాచీన జ్యోతిషాలు	**36**
జాతక గణిత ప్రవేశిక	**30**
భృగు సూత్రాలు	**36**
జ్యోతిషమర్మబోధిని	**45**
జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	**45**
ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	**45**
జాతక మకరందం	**30**
జ్యోతిష సరస్వతి	**30**
మీజననకాల విశేషాలు	**30**
ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	**30**
జ్యోతిష స్వయంబోధిని	**30**
శుభముహూర్త శిరోమణి	**30**

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

నక్షత్ర ఫలమంజరి	30
పంచాంగం చూసే విధానం	30
సర్వార్థ జ్యోతిషం	30
ప్రాథమిక జ్యోతిషం	30
నవరత్నములు శుభయోగములు	30
జ్యోతిషభావఫలచంద్రిక-1	...
శుభశకునాలు	20
హస్తరేఖాఫలితాలు	30
సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	30
ముహూర్త దీపిక	81
పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	20
కలలు ఫలితాలు	20
నిత్యజీవితంలో అదృష్ట సంఖ్యలు	9
నిత్యజీవితంలో నక్షత్రాలు	9
జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	30
మానసాగరి(ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250
జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	90
గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం(1940-2050)	900
ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	45
జాతకాలంకారం	36
జ్యోతిష వైద్య రత్నావళి	36
ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250
జాతకచక్రం మీరే వేసుకోవచ్చు	30
జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	90
అంగసాముద్రికం	30
హస్త సాముద్రికం	40
వధూవర గుణ సమ్మేళనం	....
లాల్ కితాబ్	81
జాతకరాజము	36
శకునశాస్త్రం	36
ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	100
పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	150
అష్టకవర్గు	45
బృహత్‌జాతకం(ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	200
లగ్నరత్నాకరం	36
షట్పంచాశిక	120
40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	150
40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	207
కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	45
ముహూర్తచింతామణి	81
సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	45
ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	150
అదృష్టరెమెడీస్	99
ములుగువారిరాశిఫలితాలు(12రాశులువారికి)	36
ములుగువారిరాశిఫలితాలు విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	10
గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	36
జ్యోతిష రెమిడీస్	300

జాతక రహస్యాలు	250
జాతకమార్తాండం (కొండపల్లి)	250
జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక (కొండపల్లి)	250
గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	90
శనిగ్రహరెమిడీస్	90
జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	90
నాడీజ్యోతిషం	45
వివాహజ్యోతిషమంజరి	45
గార్గేయం మీ గ్రహబలం రెమిడీస్	....
మీ పుట్టినతేదీనిబట్టి మీ జీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్)	81
నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	45
లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	45
గౌతమసంహిత	45
హోరరత్నమాల	45
బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు	
జ్యోతిష విద్యారంభం	50
గ్రహభావ బలములు	50
కాలచక్రదశ	50
అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50
జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50
పురోగామి జాతకం	50
భావార్థరత్నాకరం	75
భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75
అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75
జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75
ప్రశ్నతంత్ర	75
ముహూర్తం	75
విశిష్ట జాతకములు	125
భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125
300 ముఖ్యమైన యోగములు	125
జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	250
రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు	
బృహత్‌పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	రూ.200
బృహత్‌పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200
బృహత్‌పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200
బృహత్‌పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200
భావార్థరత్నాకరము	75
ముహూర్త చింతామణి	150
స్వప్న శాస్త్రము	30
శతయోగమంజరి	75
వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250
వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	150
వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	150
వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	150
వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	150
అనుభవసులభవాస్తు - 1	75
అనుభవసులభవాస్తు - 2	125

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

5. వాస్తులు

40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180
వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు (బైండు)	108
వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	30
మీరూ మీ వాస్తు	30
గృహవాస్తు చిట్కాలు	30
వాస్తు పూజ	30
వాస్తు సూత్రములు	30
వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	30
వాస్తు సూక్తులు	10
గృహవాస్తు వర్గులు	90
డోలనవిద్య ఉపయోగాలు (డౌజింగ్)	36
విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	45
విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇండ్ల ఆయములు	81
విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాల)	....
ప్రాచీన వాస్తుశాస్త్రములు	36
ఆధునిక గృహవాస్తు	81
శుభవాస్తు	207
శుభవాస్తు సలహాలు	36
వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	90
వాస్తుశాస్త్రం	45
హౌస్ ప్లాన్లు	30
గృహవాస్తుసారం	30
గృహవాస్తు చంద్రిక	30
గృహవాస్తు దర్పణం	30
జ్యోతిష - గృహవాస్తు చంద్రిక	....
వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	...
వాస్తు శిరోమణి ,,	...
శ్రీకృష్ణవాస్తు ,,	....
పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	90
వాస్తుడిండిమమ్ ,,	45
వాస్తుదుందిభి ,,	90
విశ్వకర్మవాస్తుశాస్త్రము ,,	...
కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	45
శల్యవాస్తు,జలవాస్తు(దంతూరిపండరీనాథ్)	81
మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120

6. మంత్రశాస్త్రాలు

శ్రీ లక్ష్మీ తంత్రమ్	360
శ్రీ గురు తంత్రం	108
సర్ప (నాగ)తంత్రం	250
మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాఃకల్పమ్)	360
మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాఃకల్పమ్)	360
శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200
మంత్రసిద్ధి	90
మంత్రసాధన	45
తంత్రజాలం	45
యక్షిణీ తంత్రం	45
పాశుపత తంత్రం	90
మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	45
సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	45
మంత్రాక్షరాలరహస్యం(బీజాక్షరనిఘంటువు)	45
సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	45
దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	45
సదాచార దీపిక	45
గాయత్రీ తంత్రమ్	108
గుప్త సాధన తంత్రం	45
యంత్రసిద్ధి	333
మంత్రశక్తి	45
దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	45
మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	250
తాంత్రిక పంచాంగం	45
హవన తంత్రం	250
పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	90
మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150
ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360
షోడశనిత్యతంత్రం	250
శాక్తేయతంత్రం	250
యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	45
రుద్రయామళతంత్రం	250
ప్రపంచసారతంత్రం	45
బదనిక తంత్రమ్	45
ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	45
రుద్రాష్టాధ్యాయః	90
పరశురామతంత్రమ్	108
లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250
గంధర్వ తంత్రమ్	45
హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250
మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250
శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250
కామధేనువు తంత్రం	360
శూలినీదుర్గాతంత్రం	360
సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	45
మహామంత్రశాస్త్రసంగ్రహః	150
యంత్ర మంత్ర తంత్ర	45
శూలినీదుర్గాతంత్రం (చిన్నది)	100

7. గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	45
గణేశ ఆరాధన 1	90
గణేశోపాసన 2	90
నవగ్రహారాధన	144
నవగ్రహవైభవం	90
నవగ్రహ రెమెడీస్	90
నవగ్రహ వేదం	90
శనిగ్రహారాధన	90
ఆదిత్యారాధన	90
సుబ్రహ్మణ్యారాధన	90
శ్రీ శివ ఆరాధన	90
లక్ష్మీ ఆరాధన	90

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

హనుమదారాధన	90
లలితారాధన	90
శ్రీ చక్రారాధన	...
గాయత్రీ ఆరాధన	90
వీరభద్రారాధన	90
కాలసర్ప యోగం	90
నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	90
నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	90
సుందరకాండ వచనం	90
వేదసూక్తములు	90
అష్టాదశపురాణములు	...
వేమన పద్యసారామృతం	90
పండగలు పర్వదినాలు	90
కుజగ్రహారాధన	90
భైరవారాధన	90
సూక్తిరత్నాలు	90
మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...)	144
పురాణపండ రామాయణం	90
పురాణపండ భారతం	90
పురాణపండ భాగవతం	90
శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి	90
సర్వదేవతా స్వరూపుడు వేంకటేశ్వరుడు	90
హనుమచ్చరిత్ర	90
పంచముఖ హనుమత్ వైభవం	45
శ్రీ దేవీ సప్తశతి	90
మానవధర్మాలు	.....
గరుడపురాణం	36
మాఘపురాణం	30
శివపురాణం	30
వైశాఖపురాణం	30
స్థూలాక్షరి మాఘపురాణం	45
స్థూలాక్షరి శివపురాణం	45
స్థూలాక్షరి వైశాఖపురాణం	45
కార్తీక పురాణం	25
సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ	45
మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	150
పెద్దబాలశిక్ష	36
గాయత్రీ మహిమ	30
మత్స్య యంత్ర మహిమ	45
పురాణనామ చంద్రిక	......
వేదమంత్ర సంహిత	108
వృక్షదేవతలు	36
హనుమద్విజయం	30
హనుమద్వైభవమ్	30
యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక	150
సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్	150
నవగ్రహ దర్శనమ్	90
నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	90
సాలగ్రామములు	90

చతుర్వేదములు	108
సహస్రలింగార్చన	120
బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము	200
బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము	200
బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము	200
కేదారనాథ్ బదరీనాథ్ యాత్రాగైడు	36
పంచమవేదం మహాభారతం	81
దేవుళ్ళు డాట్ కామ్	81
తాళపత్ర సమాహార గోపురం	144
శ్రీ హయగ్రీవ ఆరాధన	90
శ్రీలక్ష్మీనరసింహ ఆరాధన	90
దైవారాధన	90
(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	90
గణపతిభాష్యం	90
దక్షిణావృత శంఖములు	45
108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శని	30
ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)	240
గీతారాధన	90
యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి	90
శ్రీ శివగీత	108
భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని	100
చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర	30
నవయోగులు	90
ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు	90
సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళి(పెద్దది) -(108 అష్టోత్తరశతనామావళులతో)	90
భగవత్‌స్తుతి	90
సూర్యోపాసన	30

8. వైద్య గ్రంథాలు

ఆహారం ఆరోగ్యం	30
మూలికావైద్య చిట్కాలు	30
ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	20
ఆయుర్వేద వైద్యం	30
గృహవైద్య రహస్యాలు	30
ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి - సెట్	...
గృహవైద్యసారం	30
హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	45
ప్రకృతివైద్యం	30
ఆహారం-వైద్యం	81
సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	81
ఆయుర్వేదమ్	30
అనుపానతరంగిణి	....
ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	90
దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు వాకడం - ఉపయోగాలు	90
ఆకుకూరలు	...
వనమూలికావైద్యం	300
ఏకమూలికావైద్యం	90
అష్టాంగ హృదయం(4భాగాలు)	1200

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	90
ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	90
ఒబెసిటి	90
హెల్త్‌గైడ్	90
ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	90
ఫుడ్‌థెరపి	90
న్యాచురల్‌థెరపి	90
సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	90
కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	90
యోగామంత్ర	90
యోగా సండే టు మండే	90
హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	90
హెల్త్‌ఫైల్	108

9. అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	25
శ్రీ అయ్యప్ప ఆరాధన	45
శ్రీ అయ్యప్ప యాత్రా విశిష్టత	45
శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	45
శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	15
శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	15
శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	9
శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	9
శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	9
శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	6
శ్రీ భవానీ లీలామృతం(దుర్గాభవానీదీక్ష)	25
దేవీలీలామృతం	81
శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	15
దేవీ భక్తిగీతాలు	15
జై భవానీదీక్ష F	9
భవానీదీక్ష P	6
దేవీ భక్తిమాల	9
శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	99
అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	15

10. భజనలు - కీర్తనలు

అన్నమయ్య కీర్తనలు (బిగ్)	15
అన్నమయ్య కీర్తనలు (చిన్నవి)	9
శ్రీరామదాసు కీర్తనలు (బిగ్)	15
శ్రీరామదాసు కీర్తనలు(చిన్నవి)	9
త్యాగయ్య కీర్తనలు	9
సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20
వసుంధర మంగళ హారతులు	20
సర్వదేవతా భజనలు	30
జానపదగీతాలు	20
చిట్టి పొట్టి పాటలు	9
జాతీయ గీతాలు	9
శివభక్తి మాల	9
విష్ణు భక్తిమాల	9
దేశభక్తి గీతాలు	30
సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	30
పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	30
గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	30
గానవిద్యాబోధిని	90
అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	90
పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	30
భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	30
సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	30
బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు(జానపదగీతాలు)	30

11. హిట్స్ సాంగ్స్

ఘంటసాల భగవద్గీత	15
ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	90
పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	90
ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	90
ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	90
వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	90
సిరివెన్నెల సీతారామశాస్త్రి హిట్స్	....
సినీభక్తిగీతాలు	90

12. స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	45
శాకాహార వంటలు	20
మాంసాహారవంటలు	20
చిట్టిచిట్కాలు	20
అందానికి చిట్కాలు	20
పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	20
పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	9
లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శారీబోర్డర్స్	30
లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	30
చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	20
పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	20
పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	20
వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	20
శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	45
ఇంగ్లీషులోఆడపిల్లలపేర్లు	36
ఇంగ్లీషులో మగపిల్లలపేర్లు	36
బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	20
పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	20
మైక్రోవోవెన్ వంటలు	81
సర్వదేవతాభక్తిమాల	30
పిల్లలపేర్లు (బాబు)	30
పిల్లలపేర్లు (పాప)	30
మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	30

వివిధ రకాలు

ఎందరోమహానుభావులు	150
యోగాసనాలు	30
సూర్యనమస్కారములు	30
పొడుపుకథలు (పెద్దది)	20
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	5
కాలజ్ఞాన తత్త్వాలు	20
హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	15

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.

ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	15
జనరల్ నాలెడ్జ్	15
నూరు ఎక్కాలు	7
1-100 టేబుల్ బుక్	7
శ్రీరామకోటి	25
శ్రీశివకోటి	25
మేజిక్	20
అంకెలతో గారడీ	20
ప్రేమకథలు	20
యువతరంగాలు (యువతరంకోసం)	20
ప్రేమా నీకు జోహార్లు (లవ్‌డిక్షనరీ)	20
హృదయస్పందన (కవితలు)	20
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	30
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	30
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	25
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	25
విజయం మీదే	30
కలిసి జీవిద్దాం	30
నాదబ్రహ్మోపాసన (ధ్యానం+సంగీతంమేలు కలయిక)	90
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	90
క్రియాయోగం	30
ఆనందంగా జీవిద్దాం	81
హరిశ్చంద్ర నాటకం	45
మ్యాజిక్‌గైడ్-ట్రిక్కులు,తమాషాలు-కపటిప్రపంచం	90
చదరంగం	90
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	90
పంచసాయకం	90
రతిరహస్యాలు	90
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	90
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	90
మార్షల్‌ఆర్ట్స్ (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)	90
మంత్రశాస్త్రమహోదధి	90
అసతోమయ సద్గమయ	36
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	90
చింతామణి (నాటకం)	50
పాండవ ఉద్యోగం (నాటకం)	45
బాలనాగమ్మ (నాటకం)	50
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	30
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	45
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	25
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	90
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	45
కాళహస్తి శివపురాణం	90

కాళహస్తి దేవీభాగవతం	90
కులార్ణవ తంత్రమ్	150
ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం(ఒరిజనల్)	250
యోగాసనాలు (VG/TNL)	30
రామరాయ వాస్తుశాస్త్రం (ముద్రగడ రామారావు)	90
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	9
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	70
అష్టముఖ గండభేరుండతంత్రం	75
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	75
తరిగొండవెంగమాంబవిరిచిత-శ్రీవేంకటాచలమాహాత్మ్యం	150
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	36
గీతాంజలి (రవీంద్రనాథ్‌ఠాగూర్)	45
కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు	75
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)	500
శ్రీదేవీభాగవతం బైండు	261
శ్రీశివపురాణం బైండు	260
ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము -ఫలితజాతక సూత్రములు	595
విశ్వకర్మ ప్రకాశము	106
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన	250
గుప్తవాస్తు వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి	150
నారద సంహిత	150
రాహుకేతువులు సమస్త ప్రభావములు	100
అంగారకుడు (కుజుడు)	45
పురోహిత దర్శని (గోరసవీరభద్రాచార్య)	150
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు ,,	225
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక	,,100
మహాదశా పారిజాతం	,,100
25సం॥ పంచాంగం (2000-2025)	,,250
Latitude - Longitude (English)	,, 50
జాతక నారాయణీయం(వాడ్రేవువారివి)	రూ.150
వాస్తు నారాయణీయం ,,	120
యోగావళీఖండం ,,	120
ముహూర్త సింధువు ,,	150
జయభారతి (పురాణపండశ్రీనివాస్)	21
జయహే...జయహే... ,,	27
జయతు...జయతు... ,,	27
సాయి... ,,	45
శ్రీమాలిక ,,	20
ఆరతిసాయిబాబా ,,	25
అంగారకుడు	45
శుక్రుడు	45
రాహుకేతువుల సమస్త ప్రభావాలు	100

ఈ ధరలు నికరముకాదు, ఎప్పటికప్పుడు మారుచుండవచ్చును.